Volkshochschule Celle

Programm II/2007

mit den Außenstellen Bergen, Eschede, Faßberg, Flotwedel, Hambühren, Hermannsburg, Lachendorf, Unterlüß, Wathlingen, Wietze, Winsen (Aller)

Anmeldung ab Freitag, 31. August 2007, 9.00 Uhr

Geschäftsstelle: Trift 20, 29221 Celle, Tel. 0 51 41 / 92 98-0,
Fax 0 51 41/ 92 98 50, E-Mail anmeldung@vhs-celle.de, www.vhs-celle.de

Volkshochschule
Celle e.V.

Telefon (0 51 41) 92 98-0
Fax (0 51 41) 92 98 50
E-Mail info@vhs-celle.de
www.vhs-celle.de

Geschäftsstelle:
Trift 20
29221 Celle

Bankverbindung:
Volksbank Celle eG (BLZ 251 900 01)
Konto-Nr. 727 990 600

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag: 9.00–13.00 Uhr,
außerdem:
Dienstag und Donnerstag:
15.00–18.00 Uhr

Zusätzlich geöffnet für persönliche und telefonische Anmeldungen:
Montag, 3. September,
von 15.00–18.00 Uhr

Leiter der VHS:
Wolfgang Gotter, M.A.

Stellvertretender Leiter:
Dirk Bachmann

ProgrammbereichsleiterInnen:
Dr. Detlef Häusler, Karlheinz Rehling,
Tessa Twele

Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle:
Jeanette Heymann, Karin Schlomm,
Jutta Schroeder, Babette Winkler

Vorstand:
1. Vorsitzender:
Dr. Manfred Endler
Generalstaatsanwalt a.D.

2. Vorsitzender:
Hartmut Stucke
Kreisoberamtsrat

Christian Burchard
Stadtdirektor a.D.

Marianne Encke
Realschullehrerin

Susanne McDowell
Fachbereichsleiterin Kultur der Stadt Celle

Klaus Meier

Harald Range
Generalstaatsanwalt

Hans-Wilhelm Schütze

Marianne Stumpf

Inhaltsverzeichnis

Seite

Außenstellen

Bergen ... 73
Eschede ... 77
Faßberg ... 80
Flotwedel/Wienhausen ... 81
Hambühren ... 85
Hermannsburg ... 87
Lachendorf ... 92
Unterlüß ... 96
Wathlingen ... 99
Wietze ... 102
Winsen (Aller) ... 104

Studienreisen 2007

Potsdam ... 6
Kulturhauptstadt Europas 2007 ... 6
Der Jakobsweg und die kantabrische Küste ... 6
Äthiopien – Land der Könige und Legenden ... 6

Studienreisen 2008

Nordfriesland ... 6
Elsaß ... 6
Paris und die Ile de France ... 6
Lissabon und Madeira ... 7
Golf von Neapel ... 7
Venedig ... 7
Oberitalien – reich an Kunst und Geschichte ... 7

Tagesexkursionen

Musiktheaterexkursionen ... 7
“Grenzenlos” ... 7
Portal zur Geschichte ... 7
Göttingen ... 8
Adventsfahrt nach Bückeburg ... 8
Ein Tag Wilhelm Busch ... 8
Literarisches Wolfenbüttel ... 8
Ägyptens versunkene Schätze ... 8
Ausstellung: “Paula in Paris” ... 8
Museumstag Hamburg ... 8

Musik – Theater – Exkursionen ... 9

Naturkundliche Fahrten / Wanderungen

Was blüht denn da? ... 10
Wildbeeren-Wanderung ... 10
Pilzkundliche Wanderung ... 10
Vogelkundliche Wanderungen im Landkreis Celle ... 10
Spurensuche im Landkreis Celle ... 10

Wassersport / Amateurfunk ... 10

Reiseberichte

Potsdam ... 12
Schiffsreise auf Rhein und Mosel ... 12
Spaziergänge durch Paris ... 12
Mit dem Wohnmobil durch den Westen der USA ... 12
Landschaften Namibias ... 12
Indien ... 12
Landschaften der Erde ... 12

Geschichte

Die Europäer und ihre Geschichte ... 13
Computer-Genealogie ... 13

Recht

Altersvorsorge macht Schule ... 13
Erben und Vererben ... 13
General- und Vorsorgevollmacht ... 13

Unterhaltsabänderungsgesetz 2007 ... 13
Trennung und Scheidung ... 14

Stadt Celle

Denk mal! ... 14
Versteckte Ansichten in unserer Stadt ... 14
Dokumente der Stadtgeschichte ... 14
Tief ist der Brunnen der Vergangenheit ... 14
Höhepunkte der Welfengeschichte ... 14
"…. mein Untergang ist mir bewusst!" ... 14
Besichtigung der CeBus Celle ... 15
Wasserwerk Celle–Garßen ... 15

Religion / Philosophie

Sterben und Tod ... 15
Hegels Geschichte der Philosophie ... 15

Pädagogik

Selbstbewertung von Bildungsprozessen ... 15
Fortbildung zur Tagesmutter / zum Tagesvater ... 15
Rechtschreibung fünf ... 16
Leichter lernen ohne Stress ... 16
Kinder sind wunderbar! ... 16
Die Pubertät ... 16
Informationsabend zur Methode nach Bert Hellinger ... 16
Integrale Aufstellungsarbeit ... 17
Persönlichkeitsentwicklung ... 17
Focusing – den Körper als Erkenntnisorgan nutzen ... 17
Mediation ... 17
Mann – Frau, Frau – Mann ... 17
"Wir haben uns nichts mehr zu sagen" ... 17
Die Kunst, Menschen kennen zu lernen ... 18
NLP ... 18
Sich selbst vertrauen ... 18
Die Kraft positiver Gedanken ... 18
Lach dich frei ... 18
In & Out ... 19

Rhetorik / Kommunikation

Rhetorik ... 19
Eindrucksvolle Präsentation ... 19
Effektiv zusammen arbeiten und leben ... 19

Älter werden – andere Perspektiven

Neue Wohnformen in Gemeinschaft ... 20
Das Handy klingelt … ... 20
Denken und Bewegen im "knackigen" Alter! ... 20
Tanzen ... 21

Seminare für Frauen

"Small Talk" ... 21
Typgerecht schminken ... 21
Farbberatung ... 21
Mein Stil – meine (neue) Passform! ... 21
Mit Accessoires gekonnt Akzente setzen! ... 21
Ratschläge rund ums Rad ... 21

Junge Volkshochschule

Ein Vormittag im Bomann-Museum ... 22
Jetzt rede ich ... 22
Autogenes Training ... 22
Stell dich vor … ... 22
Tastschreiben am PC ... 22
Fit4future – Computerkurs für Kids ... 22
Schularbeiten super einfach ... 22
Excel super einfach ... 23
Präsentation super einfach ... 23
Oma oder Opa, "ich" und der Computer ... 23
Zirkusluft schnuppern ... 23
Keine Angst vor Chemie! ... 23
Kickboxen für Kids ... 24
Klettern ... 24
Inline-Skaten für Kids ... 24
Wir bauen einen "klingenden Weihnachtsbaum" ... 24

Kultur / Kunst

Das Hunderttorige Theben: Karnak und Luxor ... 24
Islamische Kunst und Kultur ... 25
Europa und der Orient: Die Kreuzzüge ... 25
Löffel, Messer, Gabel ... 25
Kaisergeschichte – Frauengeschichten ... 25
Michelangelo als Bildhauer ... 25
Auguste Rodin und Camille Claudel ... 25
Der Malerpoet aus dem Schtetl: Marc Chagall ... 26

Literatur / Musik / Theater

Schreibwerkstatt / Prosaschmiede ... 26
Literaturkreis ... 26
Finnische Impressionen ... 26
Didgeridoo – der klingende Stock Australiens ... 26
Gekonnt vorlesen ... 27
Atem – Stimme – Improvisation ... 27
Darstellendes Spiel ... 27

Foto / Video

Foto / Video ... 27

Gitarre / Bridge

Gitarre / Bridge ... 29

Kreatives Gestalten

Malen, Aquarellieren, Zeichnen ... 29
Collagen im Stil von Matisse ... 30
Kalligrafie und Prägetechnik ... 30
Werken mit Ton ... 31
Workshop Speckstein ... 31
Ein Schmuckstück selbst gestalten ... 31
Weihnachtliche Dekorationen ... 31
Faszination Papier – Offene Werkstatt ... 32
Eisbär Knut ... 32

Textiles Gestalten

Textiles Gestalten ... 32

Deutsch

Neue deutsche Rechtschreibung ... 32
Lesen und Schreiben lernen ... 32

Integrationskurse

Integrationskurse ... 33

Deutsch als Fremdsprache

Deutsch als Fremdsprache ... 33

Englisch

Englisch ... 34

Spanisch

Spanisch ... 38

Italienisch

Italienisch ... 39

Französisch

Französisch ... 40

Weitere Fremdsprachen

Niederländisch ... 41
Dänisch ... 42
Schwedisch ... 42
Russisch ... 42
Polnisch ... 42
Ungarisch ... 42
Portugiesisch / Brasilianisch ... 42
Türkisch ... 42
Neugriechisch ... 42

Schulabschlüsse

Hauptschulabschluss ... 43

Realschulabschluss ... 43
Hochschulstudium ohne Reifezeugnis ... 43

Lehrgänge zur beruflichen Bildung

Fachkraft Rechnungswesen ... 44
Finanzbuchhalter/-in (VHS) ... 44
Fachkraft Lohn- und Gehaltsabrechnung (VHS) ... 44
Fachkraft Personalabrechnung ... 45
Fachkraft Personal und Rechnungswesen ... 45
European Controlling Assistant ... 45
Fremdsprachenkorrespondent/-in (ENGLISCH) ... 46
Personalfachkaufmann ... 46
Handelsfachwirt/-in (IHK) ... 46
Ausbildung der Ausbilder ... 47
NLP-Practitioner ... 47
Integrative Erziehung im Kindergarten ... 47
Mediator/-in ... 48

Bildungsurlaub

Englisch ... 48
EDV-Finanzbuchhaltung ... 49
EDV-Lohn-Gehaltsabrechnung ... 49

EDV-Angebot: Neuer Start in den Beruf

Win@Internet 1 ... 49
Textverarbeitung ... 50
Präsentation ... 50
Kommunikation ... 51
E-Mail spezial ... 51

EDV für Senioren

PC-Einstieg mit Windows XP ... 51
Umstieg auf Windows VISTA ... 52
Textverarbeitung ... 52
Internet ... 52

EDV-Kurse

PC-Einstieg mit Windows XP ... 52
PC-Einstieg für Fortgeschrittene ... 53
Umstieg auf Windows VISTA ... 53
Umstieg auf Microsoft Office 2007 ... 53
Firefox ... 53
Textverarbeitung ... 54
Ordnung auf dem Computer ... 54
Tabellenkalkulation ... 54
PowerPoint 2002 ... 54
MP3 – Digitalisierte Musik ... 55
Arbeiten mit CorelDRAW 12.0 ... 55
DSL ... 55
Homepage – einfach begonnen ... 55
Dynamische Webseiten mit PHP & MySQL ... 56

Xpert Europäischer ComputerPass

Win@Internet 1 und 2 ... 56
Textverarbeitung – Basics ... 57
Tabellenkalkulation ... 57
Präsentation ... 57
Datenbankanwendung ... 57

EDV-Lehrgänge

EDV-Lehrgänge ... 58

Tastschreiben am PC

Tastschreiben am PC ... 59

Fortbildung für den kaufmännischen Bereich

Buchführung ... 59
Kosten- und Leistungsrechnung I ... 60
Betriebliches Steuerrecht ... 60
Einnahmen-Überschuss-Rechnung ... 60
Rechtliche und steuerliche Grundkenntnisse ... 60
Führungskompetenz ... 60

Bauen und Wohnen

Bauen und Wohnen ... 61

Gartenbau

Gartenbau ... 62

Gesundheit

Übergewicht ... 62
Verwirrtheitszustände und Gedächtnisstörung im Alter ... 62
Prostatakrebs – Aktion Früherkennung ... 62
Gesund durch richtige Ernährung ... 62
Schüssler-Salze ... 62
Bach-Blüten-Therapie ... 63
Energetische Medizin ... 63
Der Einfluss des Kiefergelenks und der Zähne ... 63
Die hilfreiche Wirkung guten Trinkwassers ... 63
Frauen im Wechsel ... 63
Einführung in die Welt der Steinheilkunde ... 63
Zellschutz oder Antioxidantien ... 63
Enzyme ... 64
Ayurveda ... 64
Die innere Heilkraft entdecken ... 64
Die homöopathische Hausapotheke ... 64
Meridian-Klopfen ... 64
Chinesische Akupressur ... 64
Kinesiologie ... 64
Feng Shui für gesundes Wohnen ... 65

Entspannung / Yoga / Autogenes Training

Meditation im buddhistischen Kloster ... 65
Mit schwierigen Gefühlszuständen umgehen lernen ... 65
Klangschalen-Workshop ... 65
Reiki ... 66
Mal abschalten – aber wie? ... 66
T'ai Chi Chuan / Qi Gong ... 66
Autogenes Training ... 66
Yoga ... 66

Gymnastik / Bewegung / Tanz

Nordic Walking ... 67
Wassergymnastik ... 67
Training der Bauch- und Beckenbodenmuskulatur ... 68
Gymnastik für Problempunkte ... 68
Mollig – und fit! ... 68
Aerobic & viel mehr ... 68
Bodyshaping ... 68
Body – work – out ... 68
Muskel-Aufbautraining für Gelenke ... 68
Aufbauendes Rückentraining ... 69
Wirbelsäulengymnastik ... 69
Die Feldenkrais-Methode® ... 69
Body-Fitness ... 69
Konditionsgymnastik für Herren ... 69
Kickboxen & mehr ... 69
Jazzdance ... 69
Orientalischer Tanz ... 69
American Line Dance ... 70
Tango Argentino ... 70
Salsa & Merengue ... 70

Kochen, Backen, Weinseminare

Kochen, Backen, Weinseminare ... 70

Stichwortverzeichnis

Stichwortverzeichnis ... 109

www.vhs-celle.de

Sie können sich auch
über das Internet anmelden.

Unter jedem Kurs finden Sie ein
entsprechendes Anmeldeformular.

Teilnahmebedingungen

Anmeldungen

Vor der Teilnahme an Kursen oder Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Anmeldungen können ab Freitag, 31. August, 9.00 Uhr erfolgen. Anmeldungen, die wir vor diesem Termin erhalten, werden ebenfalls erst ab 31. August, 9.00 Uhr bearbeitet.

• Schriftliche Anmeldungen
sind erforderlich für alle Reisen, Exkursionen, Bildungsurlaubsseminare, Wochenendkurse und für Veranstaltungen in den Bereichen Rhetorik, Kreatives Gestalten, Textiles Gestalten, EDV, Fortbildung für den kaufmännischen Bereich und Kochen. Bitte verwenden Sie hierfür das Anmeldeformular (Rückseite), unsere E-Mail-Adresse oder unser Anmeldeformular auf der Internetseite www.vhs-celle.de.

• Persönliche und telefonische Anmeldungen
können für alle anderen Kurse während der Öffnungszeiten der Geschäftsstelle (s. Seite 2) erfolgen.

Schriftliche, telefonische und persönliche Anmeldungen ohne gleichzeitige Gebührenzahlung für Veranstaltungen in Celle werden in der Regel innerhalb von fünf Tagen bestätigt; mit der Bestätigung erhalten Sie einen vorbereiteten Überweisungsträger. Bei persönlichen Anmeldungen mit gleichzeitiger Gebührenzahlung werden keine Anmeldebestätigungen versandt. Eine Benachrichtigung erhalten Sie jedoch, wenn sich Termine verändern oder der Kurs, zu dem Sie sich angemeldet haben, abgesagt werden muss.

Persönliche, telefonische oder schriftliche Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr. Die Kursgebühr wird auch dann fällig, wenn der Kurs, für den eine Anmeldung erfolgte, nicht besucht wird und die Anmeldung nicht rechtzeitig schriftlich storniert wurde.

Anmeldungen zu Kursen in den Außenstellen können nur bei der betreffenden Außenstelle erfolgen. Bitte beachten Sie hierfür die jeweils angegebenen Anmeldezeiten und -verfahren und warten Sie nicht auf schriftliche Anmeldebestätigungen, die von den Außenstellen nicht versandt werden.

Vormerkungen

Für viele Kurse der VHS ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Sind Kurse bereits belegt, können sich weitere Interessenten vormerken lassen. Sie werden telefonisch informiert, wenn durch Rücktritte Plätze in dem gewünschten Kurs frei geworden sind. Bei einer höheren Zahl von Vormerkungen für ein Kursangebot werden – sofern möglich – Parallelkurse eingerichtet. Über diese zusätzlichen Angebote werden vorgemerkte Teilnehmer schriftlich informiert. Ferner werden alle Parallelkurse im Internet veröffentlicht.

Gebührenzahlung

Die Kursgebühr ist unaufgefordert innerhalb von 14 Tagen nach der Anmeldung zu überweisen oder in der Geschäftsstelle der VHS zu bezahlen. Bei der Anmeldung zu Studienreisen ist innerhalb dieses Zeitraumes die Anzahlung zu entrichten. Gebührenermäßigungen können nicht gewährt werden.

Überweisungen

für Kurse in Celle ist die Gebühr auf das Konto der VHS Celle:

Volksbank Celle eG
BLZ 251 900 01
Konto-Nr. 727 990 600

zu überweisen.

Bitte beachten Sie, dass alle Außenstellen der VHS – mit Ausnahme von Faßberg – eigene Konten haben, auf die die Gebühren für Kurse in den Außenstellen zu überweisen sind.
Bei Überweisung müssen Kurs-Nummer, Kurstitel und die Anschrift des Teilnehmers vollständig angegeben sein, da die Überweisung sonst nicht zuzuordnen ist.

Kurswechsel

Wenn Sie von einem Kurs in einen anderen wechseln wollen, teilen Sie dies umgehend der Geschäftsstelle mit, da es nur so möglich ist, Ihre Zahlung richtig zuzuordnen und Sie andernfalls mit einer Mahnung rechnen müssen.

Abmeldung

Beim Rücktritt von Exkursionen, Bildungsurlaubsseminaren, Wochenseminaren (montags – freitags) oder Wochenendkursen können die Gebühren nur dann erlassen bzw. zurückerstattet werden, wenn eine schriftliche Abmeldung 10 Tage vor dem Beginn der Veranstaltung vorliegt.
Beim Rücktritt von Wochenendexkursionen und Studienreisen gelten die Stornobedingungen der beauftragten Reiseunternehmen bzw. Leistungsträger. Berechnen müssen wir Ihnen daher die Beträge, die uns von diesen Unternehmen in Rechnung gestellt werden. Zusätzlich berechnen wir eine Rücktrittsgebühr in Höhe von 15,00 ¤.

Beim Rücktritt von anderen Kursen können die Gebühren nur dann erlassen werden, wenn eine schriftliche Abmeldung vor dem zweiten Kurstermin vorliegt. Bei einem späteren Abbruch des Kursbesuches sind weder eine Gebührenrückzahlung noch eine Stornierung der Gebühren möglich. Abmeldungen, über die nur die Dozenten informiert werden, sind nicht wirksam.

Wurden jedoch bereits vor der Abmeldung zum ersten Kursabend Material oder bei Kochkursen Lebensmittel eingekauft, so können die Kosten hierfür nicht erlassen werden.

Bescheinigungen

Teilnahmebescheinigungen erhalten Sie auf Wunsch von den Dozenten am Ende des Kurses. Teilnahmebescheinigungen für frühere Semester oder Bescheinigungen, die als Kostennachweis gegenüber anderen Behörden dienen, werden von der Geschäftsstelle bzw. den Außenstellen der VHS gegen Vorauszahlung einer Gebühr in Höhe von 5,00 ¤ ausgestellt.

Beratung

Die Programmbereichsleiter der VHS beraten Sie bei Fragen zum Kurs- und Lehrgangsangebot und bei der Planung Ihrer individuellen Weiterbildung.
Für die Bereiche Deutsch als Fremdsprache, Englisch, EDV und Wassersport sind besondere Beratungs- und Informationsabende eingerichtet. Die Termine hierzu finden Sie im Vorspann der jeweiligen Fachbereiche.

Programmänderungen

Veranstaltungen finden in der Regel nur bei einer Mindestbeteiligung von 10 Personen statt. Die VHS behält sich vor, Termine zu verlegen und Veranstaltungen abzusetzen. Bei der Absage einer Veranstaltung werden bereits gezahlte Gebühren zurückerstattet.

Ferientermine

Während der Herbstferien – 22. Oktober (1. Ferientag) bis 3. November (letzter Ferientag) und der Weihnachtsferien – 24. Dezember (1. Ferientag) bis 5. Januar 2008 (letzter Ferientag) – findet in der Regel kein Unterricht statt.

Haftung

Die VHS Celle und ihre Außenstellen haften im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen für Personen- und Sachschäden. Eine Haftung bei Diebstählen kann nicht übernommen werden; bitte achten Sie selbst auf Ihre Garderobe und nehmen Sie diese ggf. mit in die Unterrichtsräume.

Eine Bitte

Die VHS ist zu Gast in den Veranstaltungsgebäuden. Bitte behandeln Sie daher alle Einrichtungsgegenstände schonend. Haben Sie auch bitte Verständnis dafür, dass Rauchen in den Unterrichtsräumen und auf Schulgeländen nicht gestattet ist.

Seminare, die Sie wünschen

Mit diesem Programm haben wir für Sie ca. 850 Veranstaltungen geplant und vorbereitet. Wenn Sie in diesem Heft jedoch nicht das finden, was Sie als Weiterbildungsangebot wünschen oder brauchen, teilen Sie uns dies bitte mit.
Zusätzliche Kurse oder Lehrgänge – maßgeschneidert nach den jeweiligen Anforderungen und auch für geschlossene Lerngruppen – lassen sich einrichten.
Unterbreiten können wir Ihnen ebenfalls Angebote für die Fortbildung und Schulung Ihrer Mitarbeiter in Ihrem Betrieb, so insbesondere in den Bereichen:

- EDV
- Fremdsprachen
- Gesundheitsvorsorge

Studienreisen 2007

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24

04 01

Potsdam

mit Berlin

5-tägige Busreise vom 15. bis 19. September

Die Potsdamer Schloss- und Parkanlage steht seit 1990 auf der Weltkulturerbeliste der UNESCO. Die mehrtägige Reise ermöglicht ein intensives Erleben der ehemaligen preußischen Residenz und heutigen Landeshauptstadt von Brandenburg.
Zum Programm gehören neben dem ausführlichen Besuch von Sanssouci mit Schloss, Park, Schloss Charlottenhof und Römischen Bädern eine ausgiebige Stadtrundfahrt mit Belvedere, Neuem Palais und Cecilienhof. Eine Schifffahrt führt zur Pfaueninsel. Um Potsdam herum sehen Sie die Ziegelei Glindow und Schloss Caputh an der Havel. Im Stadtgebiet gehört auch das Filmmuseum zum Programm.
Ein Berlin-Tag führt zur Impressionisten-Ausstellung in der Neuen Nationalgalerie und ins wieder eröffnete Bode-Museum.

Reiseleitung: Tjalda von Arnswaldt
Leistungen: Busfahrt mit allen Ausflügen, 4 Hotelübernachtungen im DZ, Halbpension, Führungen und Eintritte laut Programm, Vorbereitungsabend, Reiseleitung.
Preis (pro Person im DZ): 549,00 ¤ (Anzahlung: 50,00 ¤).
Einzelzimmerzuschlag: 96,00 ¤.

Ein ausführliches Programm ist in der Geschäftsstelle erhältlich.

04 02

Kulturhauptstadt Europas 2007

Luxemburg – Trier – Saarschleife

4-tägige Busreise vom 4. bis 7. Oktober

Mit Luxemburg und der Großregion im Dreiländereck mit Deutschland und Frankreich ist erstmals ein grenzübergreifendes wahrhaft “europäisches” Gebiet mit dem Titel “Kulturhauptstadt Europas” versehen. Neben dem Großherzogtum Luxemburg bildet Trier mit der Großausstellung “Konstantin der Große” den Schwerpunkt dieser Kurzreise.

Reiseleitung: Karlheinz Rehling
Leistungen: Busfahrt mit allen Ausflügen, 3 Übernachtungen im DZ mit DU/WC, Halbpension, Eintritte und Führungen laut Programm, Vorbereitungsabend, Reiseleitung.
Preis (pro Person im DZ): 429,00 ¤ (Anzahlung 50,00 ¤).
Einzelzimmerzuschlag: 72,00 ¤.

Ein genaues Programm ist in der Geschäftsstelle der VHS erhältlich.

W 0.1

Der Jakobsweg und die kantabrische Küste

20. bis 28. Oktober (Herbstferien)

Hannover – Bilbao – Pamplona – Rioja – Nájera – Santo Domingo de la Calzada – Burgos – Fromista – León – Cabreiro – Portomarin – Monte de Gozo – Santiago de Compostela – La Coruna – Oviedo – Santillana del Mar – Bilbao.

Reiseleitung: Joachim Herrfurth
Leistungen: Transfer Winsen/ Celle nach Hannover und zurück, Linienflüge mit LUFTHANSA über Frankfurt nach Bilbao und zurück, sämtliche Flughafensteuern und Sicherheitsgebühren, Übernachtungen in guten Mittelklassehotels mit Halbpension, Einzelzimmerzuschlag 280,00 ¤, Busrundreise lt. Programm, sämtliche Eintritte, Trinkgelder, deutschsprachige Reiseleitung, Vorbereitungsabend, Insolvenzabsicherung, Reiserücktrittskostenversicherung und Reiseschutzbrief.
Reisepreis: 1.800,00 ¤

Ein ausführliches Programm ist in unserer Außenstelle Winsen, Frau Kleinschmidt, Tel.

(0 51 43) 84 48, erhältlich. Die Außenstelle nimmt ebenfalls die Anmeldungen für diese Reise an.

W 0.2

Äthiopien – Land der Könige und Legenden

28. Dezember 2007 bis 11. Januar 2008

Addis Abeba – Debre Markos – Bahar Dar – Tana-See – Wasserfälle des Blauen Nil – Gondar – Simion-Gebirge (“Dach von Afrika”) – Axum (Land der Königin von Saba) – Makale – Felsenkirchen von Lalibela (”Achtes Weltwunder”) – Addis Abeba.

Reiseleitung: Hannelore Kleinschmidt
Leistungen: Rail & Fly zum Flughafen Frankfurt, Linienflüge mit Ethopian Airways nach Addis Abeba und zurück, 11 Übernachtungen in 2 – 3*-Hotels mit Vollpension während der Rundreise, 1 Übernachtung in Addis Abeba im 4*-Hotel mit Frühstück, Einzelzimmerzuschlag 230,00 €, Rundreise in landesüblichen Reisebussen mit Klimaanlage, qualifizierte deutschsprachige Reiseleitung, sämtliche Eintritte, Visum (z.Zt. 40,00 €), Trinkgelder, Vorbereitungsabend, Reisegepäck-, Reiseunfall-, Reisehaftpflicht-, Reiserücktrittskosten-, Reisekranken- und Reisenotruf-Versicherung.
Reisepreis: 2500,00 €

Ein ausführliches Programm ist in unserer Außenstelle Winsen, Frau Kleinschmidt, Tel. (0 51 43) 84 48, erhältlich. Die Außenstelle nimmt ebenfalls die Anmeldungen für diese Reise an.

Studienreisen 2008

04 03

Nordfriesland

Nordseeluft – Kultur – Kulinarisches

4-tägige Busreise

Vorgesehener Reisetermin: 3. bis 6. Juli

In Husum spazieren wir auf den Spuren Theodor Storms. In Niebüll werden die Bilder Emil Noldes begeistern. Eine Kurzfahrt durch die Halligwelt schließt sich an. Die Insel Föhr wird auf einer Rundfahrt erkundet. Und auf der Rückfahrt stehen das Eidersperrwerk und in Büsum die Sturmfluterlebniswelt Blanker Hans auf dem Programm.

Reiseleitung: Tjalda von Arnswaldt

Ein genaues Programm erscheint im Laufe des Semesters. Interessenten bitten wir, sich unverbindlich vormerken zu lassen. Sie erhalten das Programm sofort nach Erscheinen zugeschickt.

04 04

Elsaß

kleinste Region Frankreichs mit großen Überraschungen

ca. 7-tägige Busreise

Vorgesehener Reisetermin:
16. bis 24. September

Diese Landschaft im deutsch-französischen Grenzgebiet wird mit dem Bus intensiv “erfahren”. Ziele sind u.a. Colmar – Mühlhausen – Ottmarsheim – Kaysersberg – Turckheim – Straßburg – Hochkönigsburg – Ribeauvillé.

Reiseleitung: Tjalda von Arnswaldt

Ein genaues Programm erscheint im Laufe des Semesters. Interessenten bitten wir, sich unverbindlich vormerken zu lassen. Sie erhalten das Programm sofort nach Erscheinen zugeschickt.

04 05

Paris und die Ile de France

ca. 8-tägige Busreise

Vorgesehener Reisezeitraum:
Anfang Oktober

Entsprechend der äußerst erfolgreichen London-Reise im Frühjahr dieses Jahres wird diesmal die französische Hauptstadt mit Teilen ihres Umlandes erlebt. Der Paris-Anfänger lernt alle Wahrzeichen aus eigener Anschauung kennen und “Fortgeschrittene” treffen auf manch neue Ecken der Metropole. So werden besondere Stadtteile abseits der Touristen-Hauptpfade besucht: es geht auf den Spuren der Impressionisten neben dem Musée d’Orsay ins Musée Marmottan und in die Umgebung.

Ein Hotel in zentraler Lage macht die persönliche Gestaltung außerhalb des Gruppenprogramms einfach und verschiedene Mahlzeiten in privaten Restaurants sorgen für Abwechslung.

Reiseleitung: Karlheinz Rehling

Ein genaues Programm erscheint im Laufe des Semesters. Interessenten bitten wir, sich unverbindlich vormerken zu lassen. Sie erhalten das Programm sofort nach Erscheinen zugeschickt.

Wa 1

Lissabon und Madeira

9-tägige Flugreise im Frühjahr 2008

Die portugiesische Hauptstadt an der Mündung des Tejo mit ihrem Umland und die stets frühlingshafte Blumeninsel im Atlantik sind Ziele dieser Studienreise. Auf besonders ansprechende Weise können bei dieser Reise Kultur und Geschichte mit Naturerlebnis verbunden werden.

Reiseleitung: Karlheinz Rehling

Ein genaues Programm erscheint im Laufe des Semesters und wird Interessenten, die sich bitte in der Geschäftsstelle der VHS Samtgemeinde Wathlingen vormerken lassen, gleich nach Erscheinen zugesandt.

04 06

Golf von Neapel

7-tägige Flugreise
Vorgesehener Reisetermin:
28. April bis 4. Mai

Vom Standquartier am Golf von Neapel werden die Höhepunkte Kampaniens um Neapel herum besucht: Vesuv und Pompeji, Altstadt Neapels und Archäologisches Museum, Capri mit Villa Jovis und Blauer Grotte, Amphitheater Pozzuoli und Cumae mit Grotte der Sybille, Panoramafahrt in die Amalfitana (Ravello und Amalfi).

Reiseleitung: Tjalda von Arnswaldt

Ein genaues Programm erscheint im Laufe des Semesters. Interessenten bitten wir, sich unverbindlich vormerken zu lassen. Sie erhalten das Programm sofort nach Erscheinen zugeschickt.

04 07

Venedig

mit historischer Regatta
5-tägige Flugreise
Vorgesehener Reisetermin:
6. bis 10. September

Nach mehr als einem Dutzend Reisen zum Karneval wird im nächsten Jahr die Lagunenstadt im Zeitraum um den ersten Sonntag im September besucht. Die Regata Storica (Höhepunkt der venezianischen Rudersaison mit historischem Bootscorso durch den Canale Grande) steht im Mittelpunkt dieser Reise, auf der natürlich weitere Höhepunkte der Serenissima und die eine oder andere Besonderheit besucht werden.

Reiseleitung: Karlheinz Rehling

Ein genaues Programm erscheint im Laufe des Semesters. Interessenten bitten wir, sich unverbindlich vormerken zu lassen. Sie erhalten das Programm sofort nach Erscheinen zugeschickt.

W 0.3

Oberitalien – reich an Kunst und Geschichte

21. September bis 1. Oktober

Winsen/Celle – Verona – Venedig – Cervia – Ferrara – Ravenna – Bologna – Salsomaggiore Terme – Parma und Verdi-Gebiet – Cremona – Piacenza – Mailand – Winsen/Celle

Reiseleitung: Joachim Herrfurth
Leistungen: Fahrt mit einem modernen Reisebus incl. Straßen- und Parkgebühren, 8 Übernachtungen in guten Mittelklassehotels mit Halbpension in Innsbruck, Cervia, Salsomaggiore Terme und am Bodensee, 2 Übernachtungen in Venedig mit Frühstücksbuffet, Einzelzimmerzuschlag 260 €, qualifizierte deutschsprachige Reiseleitung, sämtliche Eintritte, Trinkgelder, Vorbereitungsabend, Reisegepäck-, Reiseunfall-, Reisehaftpflicht-, Reiserücktrittskosten-, Reisekranken- und Reisenotruf-Versicherung.
Reisepreis: 1750,00 €

Ein ausführliches Programm ist in unserer Außenstelle Winsen, Frau Kleinschmidt, Tel. (0 51 43) 84 48, erhältlich. Die Außenstelle nimmt ebenfalls die Anmeldungen für diese Reise an.

Tagesexkursionen

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24

Für die Exkursionen ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Eine schriftliche Anmeldung ist für alle Exkursionen erforderlich. Anmeldungen werden nach der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt und bestätigt.
Beim Rücktritt von Exkursionen können die Gebühren nur dann erlassen werden, wenn eine schriftliche Abmeldung 10 Tage vor Beginn der Veranstaltung vorliegt.

05 01

Musiktheaterexkursionen

Seit Jahren führt die VHS Celle mit großer Resonanz Fahrten zu Ballett- und Opernaufführungen durch.

Das neue Programm ist im Juli 2007 erschienen und bietet Fahrten u.a. nach Hamburg, Bremen, Braunschweig, Lübeck und zur Wartburg an (siehe Seite 9).
Die Teilnehmergebühr für jede Fahrt nach Braunschweig, Bremen und Hamburg einschließlich der Vorbereitung beträgt 30,00 ¤. Für die Eintrittskarte ist zusätzlich mit ca. 30,00 ¤ bis 55,00 ¤ zu rechnen.

05 02

"Grenzenlos"

Tagesexkursion an die ehemalige deutsch-deutsche Grenze

Durch die nach 1945 gezogene Grenze zwischen beiden Teilen Deutschlands wurden die über Jahrhunderte gewachsenen menschlichen, wirtschaftlichen und kulturellen Beziehungen durch ständig perfektioniertere Grenzanlagen zerrissen. Der Name Helmstedt-Marienborn wurde zum Symbol für die Teilung Deutschlands.
Nach der Wende 1989 hat diese Grenze ihre Schrecken verloren, ihre Überbleibsel vermögen kaum noch daran zu erinnern, welches Leid sie verursachten.
Im Raum Helmstedt bieten das Zonengrenz-Museum, das Grenzdenkmal Hötensleben und die Gedenkstätte Deutsche Teilung in Marienborn erlebbare Grenzgeschichte und demonstrieren dem Besucher die Bedeutung und Überwindung der deutschen Teilung.

Leitung: Rainer Bischoff
Sonntag, 30. September, Abfahrt: 8.00 Uhr, Celle, Schlossplatz (Höhe AOK),
Vorbereitungsabend: Donnerstag, 27. September, 18.30–20.00 Uhr, Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
Teilnehmergebühr (für Fahrt, Eintritt, Führungen und Vorbereitung): 49,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

05 03

Portal zur Geschichte

Tagesexkursion nach Gandersheim und Brunshausen

Die neue und im Mai 2007 nochmals erweiterte Gandersheimer Ausstellung "Portal zur Geschichte" lädt ein, die 1000-jährige Geschichte des Stifts sowie des

Klosters Brunshausen zu entdecken. Zu den Höhepunkten der Ausstellungen mit ihren thematischen Wegen, Hörstationen und Inszenierungen zählen kostbare Seidenstücke und andere Textilien aus dem Paramentenschatz sowie der neu entdeckte Kirchenschatz des Stiftes.
"Starke Frauen" aus der Gandersheimer Stiftsgeschichte führen durch die Ausstellung und lassen die vergangene Welt des Mittelalters und der zweiten Blütezeit des Stifts im Zeitalter des Barocks mit allen Sinnen erleben.
Die Wegstrecke zwischen Bad Gandersheim und Brunshausen wird auf dem schönen Skulpturenweg zu Fuß zurückgelegt (hin und zurück ca. 4 km).

Bitte bringen Sie bequemes Schuhwerk und Regenschutz sowie Verpflegung und Getränke mit.

Leitung: Dr. Catherine Atkinson
Samstag, 20. Oktober, Abfahrt: 9.47 Uhr, Celle Hauptbahnhof (Fahrt mit der Deutschen Bahn), Rückkehr: 20.05 Uhr,
Teilnehmergebühr (für Fahrt, Führung, Eintritt): 31,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

05 04

Göttingen
Tagesexkursion

Göttingen wurde zur Zeit Heinrichs des Löwen gegründet. Als Mitglied der Hanse kam die Stadt zu großer Blüte. Die Altstadt mit dem Rathaus, den prächtigen Kirchen und Fachwerkhäusern verströmt noch heute einen Hauch von Mittelalter. Als "meistgeküsstes Mädchen der Welt" grüßt das Gänseliesel vom Marktbrunnen. Unter Kurfürst Georg August von Hannover wurde 1737 im Zeichen der Aufklärung die Universität gegründet.
Auf unserer Führung durch die Altstadt werden wir auch die Universitätsaula und den Karzer besichtigen und dabei von berühmt gewordenen Professoren und Studenten der Georgia Augusta hören. Wir essen gemeinsam in der Mensa und haben anschließend Zeit, die Stadt alleine weiter zu erkunden.

Leitung: Tjalda von Arnswaldt
Montag, 22. Oktober, Abfahrt: 8.00 Uhr, Celle, Schlossplatz (Höhe AOK),
Teilnehmergebühr (für Fahrt, Führung und Mensaessen): 45,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

05 05

Adventsfahrt nach Bückeburg
Tagesexkursion

"Sauber, bescheiden, still-vornehm, die richtige Fürsten- und Kleinbürgerstadt", so beschreibt Lulu von Strauß und Torney ihre Vaterstadt. Wir beginnen mit der Stadtkirche. Sie gehört zu den frühesten protestantischen Großbauten. An ihr predigte von 1771 – 1776 Johann Gottfried Herder. Pracht und Schmuckfreude – außen und innen – kennzeichnen diesen Frühbarockbau. Wir hören über die Schaumburg-Lippeschen Grafen und Fürsten, die Residenzstadt und gehen dann gemeinsam zum Schloss. Dieses ist hervorgegangen aus einer alten Wasserburg. Hell und weit erscheint einheitlich die Fassade – die Bauteile entstammen jedoch den verschiedensten Zeiten.
Hier im Schloss und in den angrenzenden Gebäuden erleben wir den Weihnachtszauber. Über 100 Aussteller stimmen uns ein auf die Adventszeit. Wir können Ideen sammeln, einkaufen, genießen und Atmosphäre schnuppern. Kulturelle Einlagen und kulinarische Köstlichkeiten runden unser Programm ab.

Leitung: Tjalda von Arnswaldt
Mittwoch, 28. November, Abfahrt: 8.30 Uhr, Celle, Schlossplatz (Höhe AOK),
Teilnehmergebühr (für Fahrt, Eintritt und Reiseleitung): 40,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

05 06

Ein Tag Wilhelm Busch
Tagesfahrt zum Wilhelm-Busch-Jahr 2007 nach Wiedensahl und Hannover

Wilhelm Busch gilt als einer der Urväter des Comics und seine Geschichten sind weltberühmt. Wir beginnen mit Wiedensahl, seinem Geburtsort, und besichtigen das Geburtshaus des Malers und Dichters. Vor 175 Jahren wurde er hier geboren. Seine wichtigsten Schaffensjahre verbrachte er hier. So entstand "Max und Moritz" in Wiedensahl.
Auf einem anschließenden kleinen Spaziergang lernen wir weitere Stationen aus dem Leben von Wilhelm Busch kennen.
In Riepen erwartet uns zur Mittagszeit "Witwe Boltes Küchentraum".
Am Nachmittag werden wir geführt im Wilhelm-Busch-Museum in Hannover: "Wilhelm Busch, Avantgardist aus Wiedensahl".

Leitung: Tjalda von Arnswaldt
Sonntag, 23. September, Abfahrt: 8.30 Uhr, Celle, Schlossplatz (Höhe AOK),
Teilnehmergebühr (für Fahrt, Eintritte, Führungen und Mittagessen) 59,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

05 07

Literarisches Wolfenbüttel
Tagesexkursion

Die Herzog-August-Bibliothek ist inzwischen ein Forschungsinstitut (Schwerpunkt "Romantik") von beachtlichem internationalen Renommée. Es lohnt sich allemal die wunderschöne Handschriftensammlung, den Globensaal und das Lessinghaus in einer kommentierten Führung zu betrachten.
Nach einem individuellen Mittagessen findet ein kleiner Stadtgang statt.

Leitung: Hans-Peter Mieslinger, Dipl.-Bibliothekar
Samstag, 10. November, Abfahrt: 9.00 Uhr, Celle, Schlossplatz (Höhe AOK),
Teilnehmergebühr (für Fahrt, Eintritt und Führung): 40,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

05 08

Ägyptens versunkene Schätze
Wochenendexkursion nach Bonn / Köln

In der Kunst- und Ausstellungshalle der Bundesrepublik Deutschland wird die spektakuläre Großausstellung "Ägyptens versunkene Schätze" besucht. 500 Objekte der Meeresarchäologie, die den antiken Hafen von Alexandria, die verloren geglaubte Stadt Herakleion und Teile der Stadt Konopus wieder entdeckte, werden gezeigt. Der zeitliche Bogen spannt sich von den letzten Pharaonen über Alexander den Großen bis in die römische Zeit.
Daneben steht ein Besuch im "Haus der Geschichte" und im Kölner Museum Ludwig auf dem Programm.

Leitung: Klaus Tätzler, M.A.
Samstag, 24. und Sonntag, 25. November, Abfahrt: 8.00 Uhr,
Celle Schlossplatz (Höhe AOK),
Teilnehmergebühr (für Busfahrt, 1 Übernachtung im DZ mit Halbpension, Eintritte und Führungen laut Programm, Reiseleitung): 169,00 ¤ (Einzelzimmerzuschlag: 29,00 ¤, Anzahlung: 50,00 ¤).
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

05 09

Ausstellung: "Paula in Paris"
Tagesfahrt nach Bremen

Die Ausstellung "Paula Modersohn-Becker und die Kunst in Paris um 1900 – von Cézanne bis Picasso" wird das herbstliche Großereignis in Bremen. Im Mittelpunkt stehen 50 Gemälde von Paula Modersohn-Becker in direkter Gegenüberstellung mit Werken von Cézanne, Gauguin, van Gogh und Picasso. Sie zeigen Berührungspunkte des Schaffens der Malerin mit der Pariser Avantgarde, die Modersohn-Becker auf ihren vier Paris-Reisen kennen lernte.

Leitung: Tjalda von Arnswaldt
Donnerstag, 6. Dezember, Abfahrt: 7.30 Uhr, Celle Schlossplatz (Höhe AOK),
Teilnehmergebühr (für Fahrt, Eintritt und Führung): 42,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

05 10

Museumstag Hamburg
Tagesexkursion

Aus der breiten Palette der Museumswelt in Hamburg werden in diesem Semester 3 hochinteressante, aber auch überschaubare Sammlungen besucht:
Am Vormittag das Jenisch-Haus, ehemalige Parkvilla eines Hamburger Senators, mit Möbeln und Kunsthandwerk aus Barock und Klassizismus bis zum Biedermeier. Gleich nebenan liegt das Ernst-Barlach-Haus mit der bedeutendsten privaten Sammlung von Werken des expressionistischen Bildhauers.
Nach einer individuellen Mittagspause in der Speicherstadt bildet das Speicherstadtmuseum in einem 100 Jahre alten Lagerhaus den Abschluss des Exkursionstages.

Leitung: Klaus Tätzler, M.A.
Samstag, 19. Januar 2008, Abfahrt: 9.00 Uhr, Celle Schlossplatz (Höhe AOK),
Teilnehmergebühr (für Fahrt, Eintritte, Führung): 43,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

www.vhs-celle.de

Sie können sich auch über das Internet anmelden.
Unter jedem Kurs finden Sie ein entsprechendes Anmeldeformular.

Musik – Theater Exkursionen

4332.1

Ballett: Die kleine Meerjungfrau

Hamburgische Staatsoper
Wegen großer Nachfrage erneut das neueste Neumeier-Ballett nach (und mit) Hans Christian Andersen.
Dienstag, 13. November
Vorbereitungsabend:
Montag, 12. November, 18.30 Uhr,
Saal der VHS, Trift 20.

4334

Verdi, Nabucco

Bremer Theater
Die „Freiheitsoper“ war Verdis Durchbruch als Opernkomponist.
Sonntag, 21. Oktober (nachmittags)
Vorbereitungsabend:
Mittwoch, 17. Oktober, 20.10 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße.

4335

Breslau: Boris und Carmen

In der renovierten Oper von Wroclaw wird Bizets „Carmen“ gegeben, im imposanten Bau der Jahrhunderthalle erleben Sie Mussorgskys „Boris Godunow“. Ausführliches Ortsprogramm ergänzt den 3-tägigen Aufenthalt in Breslau. Ein genaues Programm ist in der Geschäftsstelle erhältlich.
Preis (pro Person) im DZ: 348,00 € (für Fahrt, Übernachtungen, Halbpension, Stadtführung (ohne Eintritte), Eintrittskarten, Vorbereitung).
Donnerstag, 25. bis Samstag, 27. Oktober
Vorbereitungsabend:
Montag, 22. Oktober, 20.10 Uhr,
Saal der VHS, Trift 20.

4336

Ballett: Die Möwe

Hamburgische Staatsoper
Neumeier-Ballett nach Anton Cechov.
Sonntag, 28. Oktober
Vorbereitungsabend:
Montag, 22. Oktober, 18.30 Uhr,
Saal der VHS, Trift 20.

4337

Offenbach, Hoffmanns Erzählungen

Hamburgische Staatsoper
Die erste Neuproduktion der Spielzeit 07/08 in der Regie von Christine Mielitz
Freitag, 9. November
Vorbereitungsabend:
Mittwoch, 7. November, 20.10 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße.

4338

Donizetti, Don Pasquale

Hamburger Kammeroper
Die berühmteste Buffo-Oper Donizettis wird in der Kammeroper – wie üblich – mit dem Opernmenü garniert.
Sonntag, 18. November
Vorbereitungsabend:
Donnerstag, 15. November, 20.10 Uhr,
Saal der VHS, Trift 20.

4339

Strauss, Der Rosenkavalier

Hamburgische Staatsoper
Endlich eine Neuinszenierung dieses großartigen Werkes von Strauss/Hofmannsthal in Hamburg.
Sonntag, 25. November
Vorbereitungsabend:
Mittwoch, 21. November, 20.10 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße.

4340

SPRECHTHEATER

Die Buddenbrooks

Theater Lübeck
Eine Dramatisierung des Romans in Thomas Manns Geburtsstadt von John von Düffel.
Samstag, 1. Dezember
Vorbereitungsabend:
Donnerstag, 29. November, 20.10 Uhr,
Saal der VHS, Trift 20.

4341

Adventskonzert auf der Wartburg

Im Festsaal des Palas gibt es „Swinging Christmas Melodies“, zuvor das Lutherhaus und den Weihnachtsmarkt auf dem Burggelände.
Sonntag, 2. Dezember
Abfahrt: 10.30 Uhr
Teilnehmergebühr (für Fahrt, Lutherhaus, Abendimbiss, Konzertkarte): 77,00 €.

4342

Humperdinck, Hänsel und Gretel

Theater Bremen
Die beliebteste Weihnachtsoper in einer Libretto-Überarbeitung von Elke Heidenreich.
Freitag, 14. Dezember
Vorbereitungsabend:
Montag, 10. Dezember, 20.10 Uhr,
Saal der VHS, Trift 20.

4343

Ballett: Weihnachtsoratorium

Hamburgische Staatsoper
Ein neues Sakralballett John Neumeiers auf Bachs „Weihnachtsoratorium“.
Sonntag, 13. Januar 2008
Vorbereitungsabend:
Donnerstag, 10. Januar 2008, 20.10 Uhr,
Saal der VHS, Trift 20.

4344

Hartmann, Simplicius Simplicissimus

Staatsoper Hannover
Ein Totentanz von 1934/35 (Neufassung 1956/57) nach Grimmelshausens Roman als Plädoyer gegen Gewalt und Unfreiheit.
Dienstag, 22. Januar 2008
Vorbereitungsabend:
Donnerstag, 17. Januar 2008, 20.10 Uhr,
Saal der VHS, Trift 20.

4345

Musical: Les Miserables

Theater Lübeck
Wahrscheinlich das „Musical der Musicals“ nach Victor Hugos Roman „Die Elenden“
Samstag, 26. Januar 2008
Vorbereitungsabend:
Donnerstag, 24. Januar 2008, 20.10 Uhr,
Saal der VHS, Trift 20.

Geplant sind weiterhin:

4346

Musikreise nach Prag

4347

Italienische Opernfestspiele im Sommer

(Ravenna, Torre del Lago, Macerata o.ä.)

4348

Festspiele in Südfrankreich

(Orange, Aix-en-Provence u.a.)

4349

Musikreise nach Amsterdam

(Oper, Konzert, Ballett)

Wenn Sie ein Thema interessiert, lassen Sie sich bitte unverbindlich vormerken.

Die Teilnehmergebühr für die Fahrten nach Hamburg, Bremen und Braunschweig beträgt 30,00 €. Für die Eintrittskarte ist zusätzlich mit ca. 30,00 bis 56,00 € zu rechnen.
Bei einem Rücktritt bis 10 Tage vor der Fahrt wird eine Rücktrittsgebühr von 8,00 € berechnet. In dem Zeitraum ab sechs Wochen vor der Veranstaltung können bestellte Karten von der VHS nicht mehr zurückgenommen werden. In Einzelfällen gelten auch längere Stornofristen.
Abfahrtsort für alle Fahrten: Parkplatz Schützenplatz.
Anmeldungen zu diesen Exkursionen sind nur schriftlich an die Geschäftsstelle der VHS Celle, Trift 20, 29221 Celle, möglich.
Die Kosten (Teilnehmergebühr und Kartenpreis) werden nach der Veranstaltung durch Lastschrift eingezogen.

Naturkundliche Fahrten / Wanderungen

Programmbereichsleitung:
Dirk Bachmann, Tel. 05141/92 98-23

Für die folgenden Veranstaltungen ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Schriftliche Anmeldungen sind erforderlich; diese werden in

der Reihenfolge des Einganges berücksichtigt und bestätigt.
Alle Fahrten bei den Exkursionen erfolgen mit privaten PKW (oder in Fahrgemeinschaften) auf Kosten und in Verantwortung der Teilnehmer, sofern nicht ausdrücklich andere Verkehrsmittel genannt werden.

06 01

Was blüht denn da?

… ist der Titel eines bekannten Bestimmungsbuches und eine häufig gestellte Frage auf unseren Spaziergängen.
Die pflanzenkundliche Wanderung soll Ihnen die Artenvielfalt unserer heimischen Flora näher bringen, den Blick für viele kleine Schönheiten am Wegesrand öffnen.

Bestimmungsbücher und Lupe sollten – soweit vorhanden – mitgebracht werden.

Mindestteilnehmerzahl: 8

Gabriele Ellermann
Dienstag, 18. September, 9.00– ca. 12.00 Uhr,
Treffpunkt für die Wanderung:
Parkplatz Schulzentrum Burgstraße,
Teilnehmergebühr (pro Person): 11,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Fl 1

Wildbeeren-Wanderung

Was blüht denn da? Was schmeckt uns gar? Bei dieser pflanzenkundlichen Wanderung wird besonderer Wert auf die giftigen und essbaren Beeren unserer Gegend gelegt. Verarbeitungsanregungen werden durch Marmeladen-Kostproben ergänzt.

Mitzubringen ist eine Lupe, falls vorhanden.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Gabriele Ellermann
Dienstag, 25. September, 9.30–12.00 Uhr,
Treffpunkt: Straße zwischen Bockelskamp und Wienhausen / Kreuzung ehemalige Bahnlinie. 7,00 ¤.

Anmeldungen für diese Wanderung nimmt unsere Außenstelle Flotwedel, Frau Petzold, Telefon (0 51 49) 2 30, entgegen.

W 1

Pilzkundliche Wanderung

Bei einer gemeinsamen Wanderung lernen die Teilnehmer, den Pilz am Fundort zu bestimmen.
Zu Beginn findet eine einstündige Einführung in der Hauptschule statt.

Simson Lehmann, Realschullehrer
Sonntag, 7. Oktober, 9.00–12.00 Uhr,
Treffpunkt: Hauptschule,
3 Zeitstunden, 9,00 €.
Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten!

Anmeldungen für diese Wanderung nimmt unsere Außenstelle Winsen, Frau Kleinschmidt, Telefon (0 51 43) 84 48, entgegen.

06 02

Vogelkundliche Wanderungen im Landkreis Celle

Beobachtungen von Vögeln
in verschiedensten Lebensräumen

Vier Wanderungen von jeweils 3 Stunden:
Samstag, 15. September, 8.00 Uhr:
Vogelzug am Wietzer Ölberg und im Bannetzer Moor
Samstag, 10. November, 8.00 Uhr:
Wasservögel an den Meißendorfer Teichen
Sonntag, 2. Dezember, 8.00 Uhr:
Waldvögel im nordöstlichen Landkreis Celle
Sonntag, 13. Januar 2008, 8.00 Uhr:
Wintergäste an der Unteraller

Fernglas und Bestimmungsbuch sollten – soweit vorhanden – mitgebracht werden. Wetterfeste Kleidung wird empfohlen.

Mindestteilnehmerzahl: 8

Dr. Hannes Langbehn / Ulrich Pittius
Treffpunkt für alle Wanderungen: Parkplatz Hafenstraße (Nähe "Bolero"),
Teilnehmergebühr (pro Person): 44,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

06 03

Spurensuche im Landkreis Celle

Wo Menschen leben und wirtschaften, hinterlassen sie Spuren. Je nach Intensität des Eingriffes bleiben diese teilweise auch noch lange Zeit nach Aufgabe alter Formen des Wirtschaftens erkennbar. Es handelt sich dabei auf den ersten Blick um recht unscheinbare Objekte, wie alte Staugräben, Erdwälle, unbefestigte Wege oder besondere Bäume. Die Wissenschaft nennt diese Relikte Kulturlandschaftselemente oder Teile der historischen Kulturlandschaft.
Die Teilnehmer gewinnen einen Überblick über die erhaltenen Relikte im Landkreis und erhalten die Möglichkeit, sich das nötige Handwerkszeug und Methoden zur Herangehensweise für die eigene Suche und Interpretation solcher Relikte anzueignen. Ferner wird anhand von Auszügen historischer Karten und aktuellem Fotomaterial zunächst ein allgemeiner Eindruck über die Vielfalt der vorhandenen Objekte vermittelt. Später werden konkrete Objekte intensiver beleuchtet und in den zeitlichen Rahmen eingeordnet.
Die abschließende Exkursion wird dann in den ehemals herrschaftlichen Forst "Sprache" und seine Umgebung führen sowie zur alten Schäferei. Hier kann abschließend ein Eindruck gewonnen werden, wie aussagefähig und eindrucksvoll die Objekte im Original sind und welchen unverwechselbaren Eindruck sie der uns umgebenden Landschaft geben.

Für die Exkursion bitte wetterfeste Kleidung mitbringen. Rucksackverpflegung wird empfohlen. Fahrgemeinschaften können gebildet werden.

Mindestteilnehmerzahl: 8

Florian Friedrich, Diplom-Agraringenieur
Dienstag, 9. Oktober
und Mittwoch 10. Oktober,
jeweils 18.00–20.00 Uhr,
Kreisarchiv Celle, Trift 24,
und eine Exkursion am Samstag,
13. Oktober, 9.00–16.00 Uhr
(mit Pausen),
Teilnehmergebühr (pro Person): 25,00 ¤ + 5,00 ¤ für Skriptmaterial = 30,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Wassersport Amateurfunk

Programmbereichsleitung:
Wolfgang Gotter, Tel. 05141/92 98-22

07 01

Wassersport Informationsabend

Die VHS Celle bietet Kurse zur Erlangung von Befähigungszeugnissen an, die für den Wassersport erforderlich sind.
Wo brauche ich welchen Führerschein? Kann ich nicht auch ohne Schein fahren? Funk an Bord – heute Pflicht!
Wie schwierig ist der Erwerb der Zeugnisse für einen Laien?
Wie groß sind die Chancen, die Prüfungen zu bestehen?
In allen Kursen entstehen zusätzliche Kosten für Lernmaterial, Praxis und Prüfungen. Mit welchen Ausgaben muss ich für den von mir angestrebten Schein wirklich rechnen?
Was erwartet mich an Bord einer Yacht auf einem Törn? Kann ich auch ohne einen Schein erwerben zu wollen, an einem Törn teilnehmen? Kann ich als absoluter Laie daran Spaß haben? Was mache ich bei Seekrankheit?
Alle diese Fragen und mehr sollen an dem Abend geklärt werden.

Gerd Steffen, Sportseeschiffer
Dienstag, 18. September, 19.00–21.15 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20.
Die Teilnahme an dem Informationsabend ist gebührenfrei, eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

07 02

Motorbootführerschein, binnen

Sportbootführerschein, binnen (SBF, binnen)
Theorie für den Segelschein inklusive

Für das Befahren der Binnenschifffahrtsstraßen mit einem Sportboot mit Antriebsmaschine von mehr als 3,68 KW (5 PS) und unter 15 Metern Länge ist der Sportboot-Führerschein-Binnen unter der Antriebsart Motor zwingend vorgeschrieben.
Wollen Sie segeln, dann brauchen Sie auf fast allen Seen den Sportboot-Führerschein-Binnen unter der Antriebsart Segeln.
Der Kurs bereitet auf die theoretische Prüfung für den amtlichen SBF, Binnen, unter Antriebsmaschine vor. Es kann auch die theoretische Prüfung für den Segelschein abgelegt werden. Die Theorieprüfung findet am Samstag, 15. Dezember 2007, in Faßberg statt.
Eine kostengünstige Motor-Praxisausbildung wird durch den Dozenten im Herbst 2007 angeboten. Die Segelpraxis läuft vom 8. April bis zum 5. Juli 2008.

Das im Unterricht verwendete Lehrbuch wird vom Dozenten bestellt und direkt mit den Teilnehmern abgerechnet.

Gerd Steffen, Sportseeschiffer
dienstags, 18.30–21.45 Uhr,
Beginn: 25. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
8 Abende, 81,00 ¤.

www.vhs-celle.de

Sie können sich auch über das Internet anmelden.
Unter jedem Kurs finden Sie ein entsprechendes Anmeldeformular.

07 03

Motorbootführerschein für das Meer

Sportbootführerschein, See (SBF-See) und Sportküstenschifferschein (SKS) Wochenendkurs

Werden Sie ihr eigener Kapitän. Sie benötigen dazu allerdings Führerscheine! Der Sportboot-Führerschein-See ist auf den Seeschifffahrtsstraßen (3 sm) vorgeschrieben für Boote mit einem Motor von mehr als 3,68 KW (5 PS). Der Kurs bereitet vor auf die Prüfung zum SBF-See. Die erforderliche Praxiseinweisung wird kostengünstig durch den Dozenten angeboten. Die theoretische und praktische Prüfung findet am Samstag, 8. Dezember 2007, statt.
Für das Führen einer Yacht sind allerdings weitere Kenntnisse erforderlich. Ein verantwortungsbewusster Skipper wird es daher nicht beim SBF-See belassen, sondern sich auch zum SKS weiterbilden. Der SKS ergänzt den amtlichen SFB-See zu einer sinnvollen Kombination und vermittelt ein solides Grundwissen.
Der gesetzlich vorgeschriebene SBF-See ist unerläßlich, weil er für die Prüfung zum Sportküstenschifferschein (SKS) zwingend vorausgesetzt wird. Daher bereitet der Kurs auch auf die theoretische Prüfung zum SKS am Freitag, 18. Januar 2008, in Faßberg vor.
Die SKS-Praxis und damit die praktische SKS-Prüfung können bis zu zwei Jahre nach der theoretischen Prüfung abgelegt werden. Dazu veranstaltet der Dozent jährlich Törns, während derer die praktische SKS-Prüfung erfolgt. Der erste Törn findet vom 26. April bis 2. Mai 2008 statt.

Die für den Kurs und die spätere Praxis nötigen Arbeitsmittel werden vom Dozenten bestellt und direkt mit den Kursteilnehmern abgerechnet.

Gerd Steffen, Sportseeschiffer
freitags, 28. September, 12. Oktober, 16. November,
jeweils 18.30–21.45 Uhr,
samstags, 29. September, 13. Oktober, 17. November,
sonntags, 30. September, 14. Oktober, 18. November,
jeweils 9.00–13.15 und 14.15–17.30 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
3 Wochenenden, 66 Unterrichtsstunden, 170,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

07 04

UKW-Seefunkzeugnis - Short Range Certificate (SRC)

weltweit gültig
und Binnenschifffahrtsfunkzeugnis (UBI)
Wochenendkurs

Nach der neuen Gesetzgebung – verbindlich spätestens nach Ablauf der Übergangsfrist zum 1. 10. 2007 – muss der Schiffsführer zwingend im Besitz eines Funkzeugnisses sein, sofern die Yacht mit einer UKW-Funkanlage ausgerüstet ist (selbst, wenn das Gerät nicht benutzt wird). Wer ohne Funkzeugnis die "Verfügungsgewalt über ein Funkgerät besitzt" kann hart bestraft werden.
Das Handy ersetzt nicht das Funkgerät und ist im Seenotfall kein echter Ersatz. Anmeldungen bei Brücken oder in Häfen sind auch nicht herzustellen; fremde Schiffe können nicht angerufen werden. Außerdem sind nur noch Funkgeräte zulassungsfähig, die auf die neuen Zeugnisse zugeschnitten sind. Daher benötigt auch der Inhaber des alten UKW-Sprechfunkzeugnisses das SRC, da sein Zeugnis nur noch beim Binnenschifffahrtsfunk von Nutzen ist.
Der Kurs bereitet Sie auf das SRC-Funkbetriebszeugnis für das GMDSS (weltweites Seenot- und Sicherheitsfunksystem für die Schifffahrt) und das Binnenschifffahrts-Funkzeugnis (UBI) vor. Sie sind damit zukunftssicher ausgebildet. Es sind einfache englische Grundkenntnisse nötig.

Die Prüfung findet am Freitag, 19. Oktober 2007, 16.00 Uhr, in Faßberg statt.

Für Fragen steht Ihnen der Dozent am Informationsabend gern zur Verfügung.

Das im Unterricht verwendete Lehrbuch wird vom Dozenten bestellt und direkt mit den Teilnehmern abgerechnet.

Gerd Steffen, Sportseeschiffer
samstags, 22. September und 6. Oktober,
sonntags, 23. September und 7. Oktober,
jeweils 9.00–13.15 und 14.15–17.30 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
2 Wochenenden, 36 Unterrichtsstunden.

Wegen der umfangreichen Geräteausstattung beträgt die Kursgebühr 137,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

W 0.5

Segeln auf Schlei und Ostsee

Auch wenn Sie keinen Segelschein erwerben wollen oder erst einmal feststellen möchten, ob Segeln überhaupt etwas für Sie ist, können Sie unter Aufsicht eines Segellehrers auf einer hervorragend ausgestatteten Hochseeyacht segeln.
Für die Segelyacht MANANA sind der amtliche Fahrerlaubnisschein und das Sicherheitszeugnis der See-Berufsgenossenschaft erteilt.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Rolf Bröker,
DSV-Segellehrer und Sporthochseeschiffer
Samstag, 22. und Sonntag, 23. September,
Abfahrt: 6.00 Uhr, Hauptschule.

Die An- und Abreise kann individuell oder in Fahrgemeinschaften erfolgen. Der Vorbereitungsabend erfolgt nach Rücksprache mit den Teilnehmern im Navshop, Winsen, Waldweg 5.

Teilnehmergebühr: 150,00 ¤ + 12,00 ¤ für Verpflegung (Frühstück und Mittagssnacks) = 162,00 ¤. Für diese Veranstaltung ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten!

Über diesen Segeltörn erteilt unsere Außenstelle Winsen, Frau Kleinschmidt, Telefon (0 51 43) 84 48 nähere Auskünfte und nimmt die Anmeldungen entgegen.

07 05

Informationsabend: Funkamateur

An diesem Abend erhalten alle Interessierten detaillierte Informationen über das nachstehende Kursangebot zur Ausbildung zum Funkamateur, über den Ablauf und die Kosten der anschließenden Prüfung, über die Chancen, die Prüfung zu bestehen und zu den Kosten der technischen Ausrüstung für einen Funkamateur.

Udo Nicke
Dienstag, 11. September, 19.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20.
Die Teilnahme an dem Informationsabend ist gebührenfrei; eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

07 06

Ausbildung zum Funkamateur

Amateurfunk ist ein international anerkannter Funkdienst, wie beispielsweise der Seefunk-, Flugfunk- oder Sicherheitsfunkdienst. Weltweit nehmen zwei Millionen Menschen am Amateurfunk teil. In Deutschland gibt es rund 80.000 Funkamateure in über 1.000 Ortsverbänden.
Amateurfunksendungen darf jeder hören. Senden darf aber nur ein Funkamateur, denn er hat die amtliche Prüfung bei der Bundesnetzagentur (früher TegTP) abgelegt, ein Amateurfunkzeugnis und eine behördliche Zulassung erhalten.
Dieser Kurs bereitet Sie auf die Prüfung zur Erlangung des Amateurfunkzeugnisses

Klasse E vor. Mit diesem Amateurfunkzeugnis dürfen Sie auf bestimmten Frequenzbändern senden. Prüfungsrelevante Fächer sind:

- Technik – hier werden Grundkenntnisse der Elektro- und Nachrichtentechnik verlangt
- Betriebstechnik – hier wird die Amateurfunkpraxis abgefragt
- Gesetzeskunde – hier wird geprüft, ob man seine Rechte und Pflichten als Funkamateur sowie die einschlägigen Gesetze kennt

Die früher zwingend vorgeschriebenen Morsekenntnisse sind ersatzlos gestrichen und somit kein Prüfungsfach mehr.
Mit diesem Kurs haben Sie auch eine Grundlage für das nächste höhere Amateurfunkzeugnis der Klasse A, welches die Teilnahme am internationalen Amateurfunkdienst auf allen zugelassenen Frequenzen und mit höherer Sendeleistung erlaubt.

Udo Nicke
dienstags, 18.30–21.40 Uhr,
Beginn: 18. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
24 Abende, 90,00 ¤.

Reiseberichte Länderkunde

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24

08 01

Potsdam

Vorbereitungsabend für die Studienreise vom 15. bis 19. September

Kultur- und Garnisonsstadt – Parks und Schlösser – preußische Geschichte.

Tjalda von Arnswaldt
Donnerstag, 13. September, 18.30–20.45 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
1 Abend, 7,00 ¤ (für Teilnehmer an der Studienreise kostenfrei).
Wir bitten um Anmeldung auch bei Einzelveranstaltungen.

08 02

Ein Märchen aus uralten Zeiten

Schiffsreise auf Rhein und Mosel

Zunächst führt die Reise durch das Gebiet des Oberen Mittelrheins. Seit 2002 gehört diese herausragende Kulturlandschaft von großer Vielfalt und Schönheit zum Welterbe der UNESCO. Nirgendwo findet man auf so engem Raum eine solche Fülle mittelalterlicher Schlösser und Burgen. Über 30 ehemalige Adelssitze kann das Mittelrheintal vorweisen. Die Schiffsreise führt vorbei an schroffen Felssockeln, auf denen restaurierte Schlösser und verfallene Festungen die kleinen Orte am Rhein überragen.
Bereits vor fast 500 Jahren wurde der Rhein mit seinem Ufer “das Entzücken der Deutschen” genannt. Der sagenumwobene Strom mit dem meistbesungenen deutschen Schieferfelsen, der “Loreley”, und den Rheintöchtern, die auf dem Grund noch immer das Rheingold hüten, fasziniert noch heute.
Seit über 2000 Jahren ist der Rhein die wichtigste Wasserstraße Mitteleuropas. Den Menschen an seinem Ufer verhilft er zu Ansehen und Wohlstand, zu Schifffahrt, Fischfang und Handel.
In Koblenz beginnt dann die romantische Moselfahrt bis hin zur ältesten Stadt Deutschlands – Trier.

Monika von der Heide,
Repräsentantin der Peter Deilmann Reederei
Donnerstag, 27. September, 18.30–20.00 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 6,00 ¤.
Wir bitten um Anmeldung auch bei Einzelveranstaltungen.

08 03

Spaziergänge durch Paris

Wochenendseminar

An diesem Nachmittag unternimmt die Dozentin mit den Teilnehmern in Wort und Bild hochinteressante Spaziergänge durch verschiedene Arrondissements der Weltmetropole Paris. Der Frankreich-Freund und Paris-Reisende erhält mannigfaltige Hinweise für einen Aufenthalt in Paris.

Christiane Schoepffer
Samstag, 13. Oktober, 14.00–18.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
4 Zeitstunden, 12,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

08 04

Mit dem Wohnmobil durch den Westen der USA

Vortrag mit Videofilm

Die Tour führt uns durch Kalifornien, Arizona, Colorado, Utah und Nevada. Highlights sind die Nationalparks: Organ Pipe, Joshua Tree, Grand Canyon, Monument Valley, Mesa Verde, Arches, Bryce, Zion, Death Valley, Sequoia.
Ein Besuch in Las Vegas und Los Angeles sowie in Tombstone (Wyatt Earp und Doc Holiday) ist eingeschlossen.

Helgard und Walter Nowotny
montags, 19.00–21.15 Uhr,
Beginn: 12. November,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
2 Abende, 13,00 ¤ + 5,00 ¤ für Tee und Gebäck = 18,00 ¤.

08 05

Landschaften Namibias

In den Landschaften Namibias verlieren sich die Menschen, um sich an bestimmten Orten wieder zu treffen. Reisen in Namibia bedeutet, sich auf die Weite dieser Landschaften einzulassen. Sie sind Zeugen einer geologischen Geschichte, die bis zu 1,2 Milliarden Jahre zurückgeht.
Der Vortrag (PowerPoint-Präsentation) gibt einen Einblick in die faszinierenden Landschaften eines afrikanischen Landes mit deutscher Tradition.

Monika Huch, Diplom-Geologin
Donnerstag, 8. November, 19.00–21.15 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 7,00 ¤.
Wir bitten um Anmeldung auch bei Einzelveranstaltungen.

08 06

Indien

Vom Taj Mahal bis zum Ganges, dem heiligen Fluss der Hindus

Ein Reisebericht über das Land der extremen Gegensätze: von Pracht auf höchstem künstlerischen Niveau der Mogulzeit und sozialem Elend. Der Schwerpunkt liegt auf dem Bundesstaat Rajastan mit dem unbestrittenen Weltwunder des Taj Mahal in Agra, mit der Hauptstadt Dehli und Jaipur mit dem Palast der Winde.
Den Abschluss bildet der Besuch von Benares am heiligen Fluss Ganges. Die Bildimpressionen werden ergänzt durch Geschichten aus der hinduistischen Götterwelt.

Rosemarie Schilling
Mittwoch, 10. Oktober, 18.30–20.45 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 7,00 ¤.
Wir bitten um Anmeldung auch bei Einzelveranstaltungen.

08 07

Landschaften der Erde

Landschaften faszinieren uns, und gerade auf Reisen nehmen wir die Eigenheiten von Landschaften, die für uns neu sind, mit besonderer Aufmerksamkeit wahr. Landschaften sind aber nicht einfach so, sondern sie zeigen uns das Ergebnis des Wechselspiels von Wind und Wasser. Betrachten wir die Landschaften mit diesem Wissen, so können wir ihre Entwicklung zurückverfolgen und erleben sie noch intensiver.
Der Vortrag (PowerPoint-Präsentation) stellt Landschaften aus aller Welt vor und erklärt leicht verständlich den Einfluss von Wind und Wasser bei ihrer Entstehung.

Monika Huch, Diplom-Geologin
Donnerstag, 10. Januar 2008,
19.00–21.15 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 7,00 ¤.
Wir bitten um Anmeldung auch bei Einzelveranstaltungen.

Geschichte Politik

Programmbereichsleitung:
Dirk Bachmann, Tel. 05141/92 98-23

09 01

Die Europäer und ihre Geschichte

Historisch fundierte Besinnung auf die Grundwerte europäischer Tradition
Wochenendseminar

In dem Seminar wird der Versuch unternommen, die europäische "Einheit in der Vielfalt" bewusst zu machen. Dabei wird es nicht in erster Linie um eine Darstellung der Fakten und vergangenen Realitäten gehen, sondern um die Herausarbeitung des kulturellen Ertrages der verschiedenen Epochen, der Grundlinien geistig–sittlicher Kontinuität und der Gefahren von Diskontinuität.

Dr. Hans Lucas
Samstag, 8. Dezember, 10.00–15.00 Uhr (mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
4 Zeitstunden, 12,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

"Grenzenlos"

Tagesexkursion an die ehemalige deutsch-deutsche Grenze
siehe Bereich: Tagesexkursionen

Europa und der Orient: Die Kreuzzüge

siehe Bereich: Kunst und Kultur

09 02

Computer-Genealogie

Wochenendkurs

Familienforschung ist ein beliebtes Hobby, für das der Computer ein interessantes Hilfsmittel sein kann. Neben dem Einsatz zur Dokumentation der gesammelten Daten durch spezielle Ahnenprogramme gewinnt das Internet als Informationsquelle immer größere Bedeutung.
In einem Workshop soll dem Einsteiger in die Computer-Genealogie ein Überblick über die Möglichkeiten des Computereinsatzes gegeben werden. Am Beispiel der kostenlos verfügbaren Software PAF wird sowohl die grundsätzliche Arbeitsweise von genealogischer Software vorgestellt, als auch die Bedeutung des GEDCOM-Formates zur Veröffentlichung bzw. zum Datenaustausch mit anderen Familienforschern besprochen. Ausführlich werden Recherchemöglichkeiten im Internet vorgestellt. Neben dem Web als allgemeiner Informationsquelle werden spezielle genealogische Seiten bzw. Datenbanken vorgestellt. Am Beispiel einer Recherche in der englischsprachigen Mormonendatenbank wird der Download von GEDCOM-Dateien und der Import in das eigene Ahnenprogramm gezeigt.
Auf die einfach zu erlernende HTML als Schlüssel zur eigenen genealogischen Homepage wird ebenso eingegangen wie auf die Bedeutung und Nutzung von Mailinglisten zum Informationsaustausch mit anderen Familienforschern.

Es werden keine speziellen Computerkenntnisse benötigt. Freude am Umgang mit dem Computer und Interesse an der Familienforschung genügen als Voraussetzung.
Optional haben die Teilnehmer bei einer gemeinsamen Mittagspause Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch. (Bitte Brotzeit mitbringen, für Getränke wird gesorgt.)

Astrid Dolejsch, Diplom-Ingenieurin
Samstag, 19. und 26. Januar 2008,
jeweils 10.00–12.15 und 14.00–16.15 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
9 Zeitstunden, 39,00 ¤ + 3,00 ¤ für Lernmittel = 42,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Die Volkshochschule Celle sucht Dozenten für Politische Bildung oder Geschichte

Bitte rufen Sie uns an:
(0 51 41) 92 98 23

Recht

Programmbereichsleitung:
Dirk Bachmann, Tel. 05141/92 98-23

09 03

Altersvorsorge macht Schule

Was bekomme ich eigentlich später einmal als Rente? Soll ich zusätzlich privat oder betrieblich vorsorgen – oder vielleicht beides? Und: Wie wähle ich das für mich geeignete Angebot aus? Wenn Sie sich diese Fragen schon einmal gestellt haben, dann ist dieser Kurs für Sie genau richtig.
Expertinnen und Experten der Deutschen Rentenversicherung informieren Sie über alles Wissenswerte rund um die gesetzliche Rentenversicherung, private und betriebliche Vorsorgemöglichkeiten, die Riesterrente und natürlich auch über Verbraucherschutzaspekte.
Das Kursangebot wird von verschiedenen Bundesministerien, den Sozialpartnern, der Rentenversicherung und dem Bundesverband der Verbraucherzentralen unterstützt.

„Bevor ich mich mit einem Anlageberater über Rentenkurse unterhalte, mach ich lieber einen.
In meiner Volkshochschule."
Altersvorsorge macht Schule.
Jetzt Experte werden.
Mit den Altersvorsorge-Kursen in Ihrer Volkshochschule.

Dozent der Deutschen Rentenversicherung
montags und mittwochs, 18.00–20.15 Uhr,
Beginn: 17. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
4 Abende, 10,00 ¤ (in der Gebühr ist ein Handbuch mit umfangreichen Hintergrundinformationen enthalten).

09 04

Altersvorsorge macht Schule

Kursinhalte siehe oben.

Dozent der Deutschen Rentenversicherung
montags und mittwochs, 18.00–20.15 Uhr,
Beginn: 5. November,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
4 Abende, 10,00 ¤ (in der Gebühr ist ein Handbuch mit umfangreichen Hintergrundinformationen enthalten).

09 05

Erben und Vererben

Nach einer Einführung in das gesetzliche Erbrecht wird anhand von praktischen Beispielen der Erbgang in den einzelnen Ordnungen dargestellt. Dabei wird der Umfang der Rechte und Pflichten erläutert.
Weitere Inhalte: Testamentsformen und deren Inhalte, Testamentsvollstreckung und Erbauseinandersetzung, Erbverzichte und Pflichtteilsrecht.

Hans-Herbert Encke, Rechtsanwalt und Notar
dienstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 13. November,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
4 Abende, 18,00 ¤.

09 06

General- und Vorsorgevollmacht

mit Betreuungs- und Patientenverfügung

Eine Vorsorge für den Eintritt der Betreuungsbedürftigkeit ist ein Thema für Jung und Alt. Vieles kann zu einer Betreuungsbedürftigkeit führen: ein Unfall, eine Erkrankung, das Alter. Wie kann für einen solchen Fall vorgesorgt werden, damit eine nahe stehende Person die Betreuung übernimmt und nicht ein vom Gericht bestellter fremder Betreuer? Was soll bei einer unheilbaren Erkrankung, die zum Sterben führt, geschehen, wenn man sich nicht mehr äußern kann oder seine Urteils- und Entscheidungsfähigkeit verloren hat? Die Patientenverfügung ist eine entsprechende Anweisung an die behandelnden Ärzte.

Jan Dormann, Rechtsanwalt und Notar
Montag, 15. Oktober, 19.15–21.30 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 7,00 ¤.
Wir bitten um Anmeldung auch bei Einzelveranstaltungen.

09 07

Unterhaltsabänderungsgesetz 2007

Das Unterhaltsrecht geschiedener Eheleute und der Verwandtenunterhalt (auch Kinder)

hat sich maßgeblich geändert.
Die rechtlichen Änderungen und deren Auswirkungen auf zukünftige und bestehende Unterhaltsansprüche werden dargestellt und erläutert.

Jan Dormann, Rechtsanwalt und Notar
Montag, 5. November, 19.15–21.30 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 7,00 ¤.
Wir bitten um Anmeldung auch bei Einzelveranstaltungen.

09 08

Trennung und Scheidung

Die Praxis zeigt, dass viele Partner auf eine Trennungs- und Scheidungssituation überhaupt nicht vorbereitet sind und nicht wissen, was rechtlich passiert, was zu tun ist, welche Ansprüche sie haben und welche Unterlagen sie zu einem ersten Gespräch mit ihrer/ihrem Anwältin/Anwalt mitbringen sollen, damit sofort eine individuelle Beratung möglich ist.
Die Referentin gibt nach einer Einführung in die juristische Materie anhand von Beispielen, Check- und Adresslisten praktische Hinweise zur Bewältigung der anstehenden Probleme. Einzelfallberatungen können im Kurs nicht erfolgen. Die Teilnehmer haben aber Gelegenheit, Fragen in gemeinsamer Runde zur Diskussion zu stellen.

Ingrid Hausemann, Fachanwältin für Familienrecht
donnerstags, 19.00–21.00 Uhr,
Beginn: 11. Oktober,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
2 Abende, 12,00 ¤.

Stadt Celle

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24

09 09

Denk mal!

Denkmalkunde und Denkmalpflege in Celle

Denkmal – was ist das eigentlich? In diesem Kurs soll der Frage nachgegangen werden, warum und wie ein Gegenstand aus vergangener Zeit zum Kulturdenkmal werden kann. Was für Denkmalarten gibt es? Muss ein Denkmal schön sein? Nach diesem eher denkmaltheoretischen Teil wird kurz vorgestellt, wie die Denkmalpflege-Verwaltung "funktioniert", um dann bei 2 Führungen in der Celler Innenstadt besondere Beispiele zu besuchen und Fragen der praktischen Baudenkmal- und Stadtbildpflege zu besprechen.

Dr. Eckart Rüsch, Stadtdenkmalpfleger
Dienstag, 18. und 25. September,
18.30–20.00 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
und zwei Führungen am
Freitag, 28. September und 5. Oktober,
16.30–18.00 Uhr,
18,00 ¤.

09 10

Versteckte Ansichten in unserer Stadt

Erleben Sie Celle einmal anders; im Inneren der Häuser, in lauschigen Winkeln, auf Dachgärten, in Kellern oder gar in großen festlichen Sälen. Sie hören Geschichten, lauschen Vogelstimmen, finden Schätze und erfahren vieles aus längst vergangenen Zeiten. Lassen Sie sich führen und verführen zur Lust am Entdecken der versteckten Ansichten.

Petra Thar, Gästeführerin
Freitag, 9. November, 18.30–21.30 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, (Info und eine Führung),
weitere Führungen:
Samstag, 10. November, 17. November und 24. November,
jeweils 10.00–12.00 Uhr
(Treffpunkte werden im Kurs bekannt gegeben),
26,00 ¤. (3,00 ¤ Materialkosten sind direkt mit der Dozentin abzurechnen.)

09 11

Dokumente der Stadtgeschichte – hautnah

Das Celler Stadtarchiv

Ein Zeitgenosse des 18. Jahrhunderts bezeichnete das Archiv als "ein Kleinod, eine Brustwehr wider alle Ansprüche widrig gesinnter Nachbarn". Das Archiv war das Herzstück der Verwaltung und garantierte die Sicherung der Rechte einer Stadt. Anhand von ausgewählten Archivalien, wie der Stadtgründungsurkunde von 1292, dem ersten Stadtrecht von 1301, der Erneuerung desselben von 1526, dem Stadterweiterungsprojekt von 1680 oder den Eingemeindeverträgen von 1869 und 1972 unternehmen Sie eine Reise durch die Celler Stadtgeschichte. Gibt es historische Archivalien, die Sie schon immer einmal in Händen halten wollten? Auch dazu werden Sie Gelegenheit haben!
Dieser Kurs eignet sich auch besonders als Fortbildung für ausgebildete Gästeführer.

Sabine Maehnert, Leiterin des Stadtarchivs
dienstags, 18.30–20.30 Uhr,
Beginn: 20. November,
Stadtarchiv Celle, Westerceller Str. 4,
2 Abende, 12,00 ¤.

09 12

Tief ist der Brunnen der Vergangenheit

Von der Brunonenburg bis zur herzoglichen Residenzstadt Celle im Mittelalter

Von der Gründung der Brunonenburg bei Kellu gegen Ende des 10. Jahrhunderts bis zur mittelalterlichen Residenzstadt Celle war ein langer und teils dunkler Weg, aber nicht ganz unergründlich. Um dem "Werdegang" der Stadt Celle von den Anfängen in Altencelle bis zum Vorabend der Reformation nachzuspüren, befassen wir uns mit verschiedenen Zeugnissen der Stadtgeschichte: urkundlichen, (städte-)baulichen, kartographischen und archäologischen.

Einige Inhalte:
- Die Brunonen und Altencelle
- Neugründung unter Otto dem Strengen
- Alte Flussläufe
- Stadtgrundriss
- Ausgrabungen in der Stadt
- Schloss und Befestigungswerke im Mittelalter
- Wasserleitungen und Brunnen
- Gewerbe, Handel und Zollwesen
- Rathaus, Stadtkirche und Heilige Kreuz-Kloster
- Anna von Nassau

Dr. phil. Catherine Atkinson, Archäologin
montags, 18.45–21.00 Uhr,
Beginn: 1. Oktober,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
4 Abende, 26,00 ¤.

09 13

Höhepunkte der Welfengeschichte

In dem angebotenen Kurs werden die Herzöge vorgestellt, die am Rad der Geschichte gedreht, die etwas in Bewegung gesetzt haben. Diese Bewegungen, Veränderungen des Bisherigen, die Abhängigkeiten von Personen, Zeiten, Ereignissen werden erklärbar!
Neben den besonderen Herzögen müssen auch besondere Frauen und ihre Leistungen ins rechte Licht gerückt werden. Einige wenige Damen haben nicht nur viele Kinder bekommen, sondern auch erzogen, verhandelt, Intrigen gesponnen als Ehefrau oder Mätresse. Apropos Mätresse. Wann war eine Frau Mätresse? Auch hier werden Unterschiede aufgezeigt.
Ziel des Kurses ist es, an Hand von besonderen Herzögen, besonderen Damen und besonderen Ereignissen die Welfengeschichte aufzuhellen.

Reiner Bones
mittwochs, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 7. November,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
4 Abende, 18,00 ¤.

09 14

".... mein Untergang ist mir bewusst!"

Die Königsmarck-Affäre

Vorgeschichte, Verlauf und Folgen der Affäre von Prinzessin Sophie Dorothea mit dem Grafen Königsmarck zählen wohl zu den interessantesten Vorgängen in der Celler Geschichte.
Diese skandalöse Episode in der Geschichte des Welfenhauses am Ende des 17.

Jahrhunderts ist durch Forschungen wohl dokumentiert, auch in ihren Versuchen, sie zu vertuschen.
Der Vortrag stellt die zeitlichen Umstände, die beteiligten Personen und den Ausgang der Geschichte dar.

Joachim Schade, Gästeführer
Dienstag, 6. November und
Donnerstag, 8. November,
jeweils 19.00–21.00 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
2 Abende, 12,00 ¤.

09 15

Besichtigung der CeBus Celle
Ein Celler Betrieb stellt sich vor

Die CeBus betreibt seit Oktober 2002 mit rund 100 Omnibussen den öffentlichen Personennahverkehr in Stadt und Landkreis Celle und ist darüber hinaus für die Durchführung des Schülerverkehrs im Auftrag des Landkreises Celle zuständig. Die CeBus hat damit sämtliche für die Verkehrsplanung und -durchführung relevanten Aufgabenstellungen von den ehemals ÖPNV durchführenden Gesellschaften Celler Straßenbahn (CSC), Kraftverkehr Celle Stadt und Land GmbH (KVC) und der Firma Lembke, Koschick & Co. OHG (L&K) übernommen.
Im Stadtgebiet verkehren 5 Linien auf einem Streckennetz von 80 km Länge; im Landkreis sind es 14 Linien, die dann zusammen ein Streckennetz von 562 km abdecken. Die Personalstärke für alle Aufgabenbereiche beträgt z.Zt. ca. 150 Mitarbeiter.
Nach einem Einführungsvortrag, in dem neben der Organisationsstruktur auch auf Fahrplan- und Tarifgestaltung eingegangen wird, folgt ein Rundgang über das Betriebsgelände, wobei Fahrzeugausrüstung und Betriebstechnik vorgestellt werden.

Das Mindestalter für Teilnehmer an dieser Besichtigung beträgt 16 Jahre.

Uwe Hansen, Dipl.-Ing.
Mittwoch, 26. September,
14.30– ca. 17.00 Uhr,
Treffpunkt: Nienburger Straße 50,
6,00 ¤.

09 16

Wasserwerk Celle–Garßen
Ein Celler Betrieb stellt sich vor

Seit 100 Jahren erhält Celle sein hochwertiges Leitungswasser aus dem Wasserwerk Garßen. Wegen der einmaligen Bodenbeschaffenheit aus eiszeitlichen Sanden und Kiesen wurde dort bereits 1900 ein Wasserwerk errichtet. Heute werden für den unmittelbaren Versorgungsbereich pro Jahr 6 Mio. m³ reines Grundwasser gefördert. Im gesamten Bereich der SVO, der bis Bad Bevensen reicht, sind es 14 Mio. m³ für ca. 265.000 Einwohner auf 3.200 km² Fläche. Die SVO unterhält ein Rohrnetz von insgesamt 3.000 km Länge, davon 600 km im Versorgungsbereich des Wasserwerkes Garßen, in dem bereits alle Bleileitungen entfernt wurden. Damit hat Celle eine Wasserversorgung, die höchsten Ansprüchen genügt.
Nach einem Einführungsvortrag werden die Betriebsanlagen unter sachkundiger Führung besichtigt.

Das Mindestalter für Teilnehmer an dieser Exkursion beträgt 16 Jahre.

Uwe Hansen, Dipl.-Ing.
Mittwoch, 10. Oktober,
15.00– ca. 17.30 Uhr,
Treffpunkt: SVO, Sprengerstraße (anschließend Fahrt im Verbund mit Privat-PKW nach Garßen), 6,00 ¤.

Philosophie Religion

Programmbereichsleitung:
Tessa Twele, Tel. 05141/92 98-21

10 01

Sterben und Tod
Wochenendseminar

In unserer schnelllebigen Zeit werden elementare Dinge wie Sterben und Tod und die Auseinandersetzung damit häufig verdrängt.
An diesem Tag nähern wir uns in aller Ruhe und Tiefe diesem Thema.
Das Seminar ist besonders geeignet für pflegende Angehörige und für Menschen, die nach einem Tod-Nah-Erlebnis sich mit dem Sterben beschäftigen.

Peter Schellenberg, Pfarrer,
Dipl.-Sozialpädagoge, Notfallseelsorger
Samstag, 17. November, 10.00–18.00 Uhr
(mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
7 Zeitstunden, 20,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Meditation im buddhistischen Kloster
siehe Bereich: Entspannung

10 02

Hegels Geschichte der Philosophie

In seinen "Vorlesungen über die Geschichte der Philosophie" spannt Hegel einen Bogen vom Altertum über das Mittelalter bis zur Neuzeit. Für Hegel ist es der Weltgeist, der in den verschiedenen Epochen eine je besondere Gestalt annimmt und sich hierbei als ein organisch fortschreitendes Ganzes, als ein vernünftiger Zusammenhang zeigt. Der Besitz der selbstbewussten Vernünftigkeit in der jetzigen Welt wird so das Resultat der Arbeit aller vorhergegangenen Generationen des Menschengeschlechts.
Lassen wir Hegel selbst zu Wort kommen: "Die Geschichte der Philosophie stellt uns die Galerie der edlen Geister dar, welche durch die Kühnheit ihrer Vernunft in die Natur der Dinge, des Menschen und in die Natur Gottes gedrungen sind, uns ihre Tiefe enthüllt und uns den Schatz der höchsten Erkenntnis erarbeitet haben."

Das Seminar ist als Einleitung angelegt. Textauszüge werden bei Beginn bereitgestellt.

Wolfram Chemnitz, M.A.
mittwochs, 19.30–21.45 Uhr,
Beginn: 7. November,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
5 Abende, 33,00 ¤.

Islamische Kunst und Kultur
Wochenendseminar in Zusammenarbeit mit der Universität Hannover
siehe Bereich: Kultur / Kunst

Pädagogik Psychologie

Programmbereichsleitung:
Tessa Twele, Tel. 05141/92 98-21

Wir bitten auch bei Einzelveranstaltungen/Vorträgen um Voranmeldung; es gibt keine Abendkasse.

11 01

Selbstbewertung von Bildungsprozessen im Kindergarten
ein Angebot für Erzieher/Innen

Das Seminar führt in ein Konzept zur Reflexion und Einschätzung pädagogischer Arbeit mit Kindern durch Erzieher/Innen ein.
Grundlage des Seminars ist die Veröffentlichung des Buches "Bildungsprozesse im Kindergarten" von Dr. Heinz-Lothar Fichtner (Carl Link Verlag; Erscheinungstermin August 2007).
Das Buch bietet Grundlagenwissen zu 26 Bildungsbereichen und bietet die Möglichkeit, Bildungsprozesse im eigenen Kindergarten einzuschätzen, zu reflektieren und gegebenenfalls zu verändern oder zu erweitern.
Es ist ein Handbuch "aus der Praxis für die Praxis" entstanden und das Seminar stellt den praktischen Umgang mit diesem Werk vor.

Dr. Heinz-Lothar Fichtner, Erziehungswissenschaftler
Dienstag, 13. November, 17.00–21.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17 (Saal),
4 Zeitstunden, 15,00 ¤.

vhsConcept
Integrative Erziehung und Bildung im Kindergarten

Die berufsbegleitende Fortbildung "Integrative Erziehung und Bildung im Kindergarten" hat an dem Wochenende 12./13. Januar 2007 begonnen und endet im Mai 2008.
Ein neuer Lehrgang beginnt nach den niedersächsischen Sommerferien 2008. Gern können Sie sich für diesen Lehrgang vormerken lassen, Sie werden rechtzeitig zu einer Informationsveranstaltung eingeladen.

Nähere Informationen siehe Bereich: Lehrgänge im Bereich berufliche Bildung

Fortbildung zur Tagesmutter
oder zum Tagesvater

Die Volkshochschule Celle plant, im November in Zusammenarbeit mit dem Kreisjugendamt Celle eine Qualifizierung zur Tagespflegeperson durchzuführen.
Die Bedeutung der Tagespflege hat der Gesetzgeber mit klaren neuen Regelungen festgeschrieben. Diese geänderte Gesetzeslage verlangt eine Erlaubnis für die "semiprofessionelle" Kleinkind-Betreuung.
Die Fortbildung zur/zum Tagesmutter/Tagesvater umfasst pädagogische, organisatorische, rechtliche und auch finanzielle

Themen, die in Abendveranstaltungen und auch Wochenendseminaren behandelt werden. So wird ein solides Fundament zu Fragen der Entwicklung des Kindes, der Sprache/Kommunikation, der Ernährung, der Spielanleitung/Spielförderung, des altersgerechten Umganges, der Ersten Hilfe … erarbeitet.
Hinzu kommt natürlich auch Ihre Freude, mit Kindern zusammen zu sein und zu arbeiten, als Grundvoraussetzung für diese verantwortungsvolle Tätigkeit.

Interessenten können sich in der Volkshochschule Celle vormerken lassen und erhalten nähere Informationen.

11 02

Rechtschreibung fünf

kein Grund zur Panik

Angesprochen sind Eltern, die ein rechtschreibschwaches Grundschulkind haben und ihm helfen wollen.
Eltern leiden bei den vielen Fehlern ihrer Kinder mit, möchten helfen, wissen aber oft nicht wie.
Manche Eltern suchen einen geeigneten Lehrer oder Therapeuten – finden aber keinen. Andere fühlen sich hilflos, weil sie selbst ein Problem mit der Rechtschreibung haben. Manchmal werden wohlgemeinte Übungsstrategien ausprobiert, die der Sache mehr schaden als nützen. Häufig wird auch gar nichts getan, aus Angst, etwas falsch zu machen.
An diesem Abend erhalten Sie keinen Zauberspruch für die spontane Beseitigung einer Rechtschreibschwäche. Dafür soll Ihnen aber Hilfestellung für den Umgang damit gegeben werden und vor allem viel Mut.

Kornelia Mente, Realschullehrerin
Donnerstag, 27. September, 19.00–21.30 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
1 Abend, 7,00 ¤.

11 03

Leichter lernen ohne Stress

ein Angebot für Eltern und Kinder im Alter von 7 bis 11 Jahren
Wochenendseminar

Schon in den ersten Schuljahren beeinflussen Leistungsdruck, Ängste und Lernblockaden den Schulalltag und den weiteren Schulweg.
An diesem Samstag werden den Kindern durch Malen, Basteln und Bewegung Übungen aus der Kinesiologie vermittelt, die das Lernen fühlbar leichter machen.

Die Kinder legen während des Seminars eine Mappe an, mit deren Hilfe die Übungen auch für zu Hause nachvollziehbar sind.
Die begleitenden Elternteile erhalten einen Einblick in die drei Dimensionen des Denkens und erfahren etwas über Entstehung, Funktion und Auflösung von Lernblockaden. Dabei können Schulprobleme und auch Verhaltensauffälligkeiten auf eine Lernblockade hinweisen.
Es werden Übungen vorgestellt, die den Energiefluss harmonisieren und Lernstörungen, die auf Energieblockaden zurückzuführen sind, günstig beeinflussen.
Auch die Eltern lernen aus der eigenen Hilflosigkeit und Ungeduld herauszufinden und das Lernen effektiver zu begleiten.

Bitte Turnschuhe oder dicke Socken mitbringen.

Marion Hoffmann, Dipl.-Sozialpädagogin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Three in One-Advanced Facilitator
Samstag, 13. Oktober, 10.00–16.00 Uhr,
(bitte Pausenbrote, Obst und etwas zu trinken mitbringen … wir verbringen die Mittagspause gemeinsam!),
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
6 Zeitstunden, 18,00 ¤ für 1 Erwachsenen und 1 Kind (+ 8,00 ¤ Materialkosten, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden).
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

11 04

Kinder sind wunderbar!

Unterstützen statt erziehen
Vortrag mit Gespräch

Ich begegne meinen Kindern auf gleicher Augenhöhe. Vor mir sind Menschen, Menschen von Anfang an, Personen mit ihrer eigenen Sicht der Dinge. Natürlich fordert das heraus – aber darauf lasse ich mich ein.
Das bewirkt kein Chaos, sondern Harmonie, auch im Konflikt, denn unsere Würde hat wieder gleichen Wert.
Daraus folgt zugleich, dass ich mir von den Kindern nichts gefallen lasse, aber ich bedränge sie im Gegenzug auch nicht mit dem ewigen "Sieh das ein, ich habe Recht". So erlebe ich meine Kinder in ihrer Souveränität und Größe, profitiere davon und sie lernen von mir.
Mein Leben wird zu einer wunderbaren Elternzeit. Und ich habe wieder gelernt, dass ich auch im Umgang mit Kindern selbst in den Mittelpunkt gehöre.
Der Vortrag lädt Sie herzlich ein, durch die Perspektive "unterstützen statt erziehen" neuen Schwung in Ihre Beziehung zu den Kindern zu tragen und die vielen ärgerlichen Alltagsprobleme unkonventionell und effektiv anzugehen.

Dr. Hubertus von Schoenebeck, Sachbuchautor, Lehrer
Donnerstag, 18. Oktober, 19.00–21.15 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20 (Saal),
1 Abend, 7,00 ¤.

11 05

Die Pubertät – Kinesiologie & Verhaltensgenetik

für ein besseres Verständnis einer besonderen Zeit
Einzelveranstaltung

In der Pubertät findet im Gehirn eine Umstrukturierung statt, die aus den kindlichen Überlebensstrukturen die Merkmale junger weiblicher und männlicher Erwachsener entstehen lässt. So wie sich die äußeren Merkmale verändern, verschieben sich auch die Zellproportionen innerhalb des Gehirns und sorgen für ordentliche Verwirrung. Gefühlswelt und Verhalten ändern sich und die Kinder erkennen sich plötzlich selbst nicht wieder.
Mit kinesiologischen Übungen lässt sich dieser Prozess so unterstützen, dass die Gefühlsschwankungen für alle Beteiligten besser verständlich werden und Spaß und Motivation nicht völlig auf der Strecke bleiben.

Es besteht die Möglichkeit, ein Script für 10,50 ¤ über die Vortragsinhalte bei der Dozentin zu erwerben.

Marion Hoffmann, Dipl.-Sozialpädagogin, Kinesiologin, Heilpraktikerin für Psychotherapie
Mittwoch, 26. September, 19.00–21.15 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
1 Abend, 7,00 ¤.

Kinesiologie

siehe Bereich: Gesundheit

11 06

Informationsabend zur Methode nach Bert Hellinger

Aufstellungen von Familien- und Zahnthemen
Einzelveranstaltung

Eine Familie ist ein System oder ein Energiefeld, in dem bestimmte Ordnungen herrschen. Wenn an irgendeiner Stelle ein Ungleichgewicht entsteht, erfolgt eine Reaktion an einer anderen Stelle, die in der unbewussten Absicht, das innere Gleichgewicht wieder herzustellen, ihre Wirkung zeigt.
Kinder stellen sich in den Dienst dieses Gleichgewichts und übernehmen dadurch Gefühle und Verhaltensweisen früherer Familienmitglieder.
Über das klassische Familienstellen hinaus hat sich die Methode u.a. auch bei der Aufstellung von Symptomen und Zahnproblemen bewährt. Zähne sind eine wichtige energetische Schaltstelle für das gesamte menschliche System. Der Mundraum kann als Abbild unserer Individualität und die Zähne als symbolische Vertreter aller Aspekte des menschlichen Seins gesehen werden.
In Anlehnung an die Aufstellungsarbeit können Zahnstellungen tief verwurzelten essentiellen Lebensthemen auf die Spur kommen und Lösungsimpulse freisetzen.
Vorgestellt werden die psychotherapeutische Arbeit Bert Hellingers und die Unterschiede zu anderen therapeutischen Ansätzen. Es werden Hellingers Gedanken zu bestimmten Themen wie Familie, Ehe, Krankheit oder Tod zusammengefasst, um sie Interessierten näher zu bringen. Wer sich auf die Gedanken Bert Hellingers einlassen möchte, kann wertvolle Einflüsse für die eigene Lebensgestaltung mitnehmen.

Marion Hoffmann, Dipl.-Sozialpädagogin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Three in One-Advanced Facilitator
Mittwoch, 10. Oktober, 19.00–21.15 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
1 Abend, 7,00 ¤.

Wir bitten auch bei Einzelveranstaltungen um Voranmeldung; es gibt keine Abendkasse.

11 07

Integrale Aufstellungsarbeit

Wochenendseminar

Die systemische Aufstellungsarbeit ist besonders geeignet, die Struktur von Lebensproblemen, der eigenen Herkunftsfamilie und von Blockaden zu untersuchen, sie besser zu verstehen und Sinn gebende Entscheidungen zu ermöglichen. Handlungsfreiheit und Lebensqualität können wieder zurück gewonnen werden.
Aufgestellt werden können

- Herkunftsfamilien
- Geschwisterkonflikte
- bisher noch nicht erreichte Ziele
- aktuelle Beziehungssysteme (Patchworkfamilien, Dreiecksbeziehungen)
- Krankheitssymptome u.v.m.
- verstorbene Familienmitglieder

Die Aufstellungsarbeit findet in einer Gruppensituation statt, Gruppenteilnehmer werden zu Stellvertretern. Auch als Stellvertreter sind wertvolle Erkenntnisprozesse möglich.
Teilnehmer können

- selber aufstellen
- als Stellvertreter ausgewählt werden
- und in jedem Fall diese Methode kennen lernen.

Wegen der zeitlichen Begrenzung werden nicht alle Teilnehmer aufstellen können.

Lucie Philipp-Eger, Lehrerin, Gestalttherapeutin, Ausbildung in Integraler Aufstellungsarbeit
Samstag, 10. November, 10.00–18.00 Uhr,
Sonntag, 11. November, 9.00–14.00 Uhr
(mit Pausen),
Mehrgenerationenhaus, Fritzenwiese 46,
12 Zeitstunden, 40,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

11 08

Persönlichkeitsentwicklung durch innere Kommunikation

Reisen in die eigene innere Welt
Wochenendseminar

Die innere Reise beginnt mit Achtsamkeit. Man wird sich bewusst, was gerade in einem deutlich ist und geht in Kommunikation hiermit; man kann es laut oder leise ansprechen.
Ein solcher Kontakt vertieft die Beziehung zu dem Wahrgenommenen. Häufig kommt eine Antwort von innen, Worte, Empfindungen, Augenblicke der Ruhe oder Freude. Es ist möglich, sich in allen Ebenen besser kennen zu lernen, den Körper, die Gefühle, die Gedanken, die Erinnerungen, innere Orte und Gestalten, Licht, Dunkelheit usw. Man muss sich nicht anstrengen, das Wahrgenommene zu verstehen. Es reicht zu erkennen, zu spüren und einige Worte damit zu sprechen, wie "Angst, du bist mir nicht angenehm. Du gehörst aber auch zu mir" oder "Freude, ich genieße dich". Man kann unangenehme Zustände erfahren und ertragen lernen und dabei ganz überraschend glückliche Zustände in sich erleben. Hierdurch gewinnt man sehr viel Vertrauen zu sich selbst und man erfährt, dass man sich vor dem eigenen Unangenehmen und Bedrohlichen nicht mehr so fürchten muss.
Im Seminar wird es neben einer Einführung in den theoretischen Hintergrund auch um die Vermittlung von Methoden und Selbsterfahrung durch einfache Übungen und Gruppenreisen gehen. Begründer dieser Methode ist Klaus Lange, Hamburg, und er nennt sie "Innere Erfahrungen". Es geht hier nicht um eine Therapie, obwohl die Wirkungen therapeutischen Erfahrungen ähnlich sind. Es handelt sich hier eher um einen inneren Weg, einen Weg des sich selbst immer mehr vertrauen und annehmen, eine spirituelle Begleitung der Seele auf ihrem Weg durch irdische Erfahrungen.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung, bringen eine Unterlage/Decke.

Wilhelm Gosch, Dipl.-Sozialpädagoge, Heilpraktiker für Psychotherapie
Samstag, 20. Oktober, 10.00–18.00 Uhr
(mit Pausen),
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
7 Zeitstunden, 20,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

11 09

Focusing – den Körper als Erkenntnisorgan nutzen

Wochenendseminar

Focusing ist eine von Prof. Gendlin entwickelte Methode um, wie er einmal spaßig formulierte, „den Menschen von den Psychotherapeuten zu befreien".
Focusing ist eine leicht zu erlernende Methode, die uns den Zugang zu unserem inneren Erleben und seinen Bedeutungen erschließen kann.
Eine nicht-wertende Grundhaltung und spezifische Fragestellungen an unser Empfinden eröffnen un-denkbare neue Einsichten, die körperlich spürbar sind und uns dort weiterbringen, wo langes Nachdenken oder intensive Auseinandersetzung vielleicht nicht weiter geführt haben.
In Kontakt zu kommen mit diesem inneren Erleben wirkt klärend, erfrischend und stärkend. Der Körper und das Körperwissen weisen den Weg durch den heilsamen Prozess, der auf diese Weise zutiefst selbstbestimmt und personenzentriert verläuft.
Die Achtsamkeit für den Körper und das Bewusstsein unserer Körperlichkeit sind wesentliche, integrale Bestandteile von Focusing und finden ihren Ausdruck auch in der Vermittlung.
Anwendungsfelder: Hilfe bei Problemlösungen und dem Umgang mit belastenden Gefühlen, Mentales Training, Beratungsmethode in der Supervision, Linderung von psychosomatischen Beschwerdebildern und Schmerzstörungen.

Literatur: Ann Weiser Cornell: Focusing – Der Stimme des Körpers folgen

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung (keine Sportkleidung) und bringen eine Unterlage mit.

Achim Grube, Dipl.-Pädagoge, Supervisor, Heilkundlicher Psychotherapeut (HPG), Focusing-Trainer
Samstag, 1. Dezember,
10.00–13.00 und 14.00–16.00 Uhr,
Sonntag, 2. Dezember, 9.00–14.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20 (Saal),
10 Zeitstunden, 29,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

11 10

Mediation

Vortrag mit Gespräch

Mediation ist ein klar strukturiertes Konfliktlösungsverfahren. Mediatoren unterstützen als allparteiliche Dritte Konfliktparteien beim Prozess der Verständigung.
Mediation kann überall da sinnvoll eingesetzt werden, wo Streitigkeiten entstanden sind. Dazu gehören nicht nur Beziehungskonflikte im engeren Sinne, sondern auch Konflikte in Recht und Wirtschaft, in der Berufs- und Arbeitswelt, in der Nachbarschaft, in der Familie sowie im Bereich der Umwelt.
Mediation beachtet die sachliche und die emotionale Dimension eines Streits und bietet so die Möglichkeit, ein anderes Konfliktverhalten zu erlernen.
Kompetenz, Wissen und Phantasie der Konfliktparteien können nicht zum Zuge kommen, solange sich die Konfliktparteien "bekriegen".

Dr. Peter Götz von Olenhusen, Präsident des Oberlandesgerichts
Donnerstag, 27. September, 19.00–21.15 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20 (Saal),
1 Abend, 7,00 ¤.

vhsConcept

Mediation

Die berufsbegleitende Fortbildung "Mediation" beginnt an dem Wochenende 2./4. November 2007 und endet im September 2008.
Interessenten können sich für diesen Lehrgang vormerken lassen, Sie werden rechtzeitig zu einer Informationsveranstaltung eingeladen.

Siehe Bereich:
Lehrgänge im Bereich berufliche Bildung

11 11

"Mann – Frau, Frau – Mann"

Brückenbau zwischen Männern und Frauen, weniger Stress durch die richtige Ansprache
Wochenendseminar

Kommunikation wurde vom Teufel erfunden, um Missverständnisse zu erzeugen…
Besonders häufig treten solche Missverständnisse zwischen Männern und Frauen auf.
Woran liegt das? Erfahren Sie, wie Sie es anstellen können, künftig besser verstanden zu werden. Finden Sie neue Wege, wie Sie mit dem anderen Geschlecht stressfreie Gespräche führen und das erreichen, was Sie wollen.

Martina Boden, Journalistin
Samstag, 8. Dezember, 9.30–17.00 Uhr
(mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
6,5 Zeitstunden, 19,00 ¤,
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Eindrucksvolle Präsentation

Wie Sie Ihren Auftritt zu einem Erlebnis machen
siehe Bereich: Rhetorik/Kommunikation

11 12

"Wir haben uns nichts mehr zu sagen"

wenn Paare nicht mehr miteinander sprechen
Einzelveranstaltung

… das Gefühl zu haben, der geliebten Person alles mitteilen zu müssen, Dinge gemeinsam zu entscheiden und daher auch zu besprechen, erzählen, wie es einem geht, was der Tag gebracht hat, auch worüber Mann/Frau sich geärgert haben … das hört sich toll und ganz einfach an, aber – wie oft

schleicht sich (ganz allmählich) eine große Sprachlosigkeit in den Beziehungen ein!?
Wir werden Wege aus der Sprachlosigkeit aufzeigen, aber auch Signale und sehr frühe Hinweise sichtbar machen, die diesen "leisen Weg der allmählichen Sprachlosigkeit" aufhalten oder gar nicht erst entstehen lassen.

Bettina Bremer,
Dipl.-Sozialpädagogin, HP für Psychotherapie
Dienstag, 9. Oktober, 19.00–21.15 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
1 Abend, 7,00 ¤.

11 13

Die Kunst, Menschen kennen zu lernen

Wochenendseminar

Viele Menschen scheinen zu glauben, dass Freunde und Liebhaber vom Schicksal oder Zufall beschert werden; dem ist nicht so! Es ist durchaus möglich, aktiv und gezielt Menschen zu suchen, zu finden und „liebevoll-strategisch" kennen zu lernen und sich dann die gewünschten Beziehungen zu "kreieren"!
In diesem Seminar werden wir unsere eigenen bisherigen Einstellungen dazu überprüfen und unsere Wünsche, Vorstellungen und Gefühle sowie unser Kontakt- und Beziehungsverhalten erforschen, ferner Wege, Schritte und Strategien kennen lernen, mit denen wir die gewünschten Resultate erzielen können.
Viele (praktische) Übungen, aspektzentrierte Klärungen, mentales Reframing und viel Spaß in der Gruppe werden uns unterstützen, so dass wir uns offensiver und optimistischer darum kümmern können, genug gute Beziehungen zu haben.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung, bringen eine Unterlage/Decke und Schreibunterlagen für Notizen mit.

Cord Cordes, Dipl.-Pädagoge, Trainer & Coach
Samstag, 15. Dezember, 10.00–17.00 Uhr,
Sonntag, 16. Dezember, 10.00–14.00 Uhr
(mit Pausen),
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
10 Zeitstunden, 29,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Berufsbegleitende Fortbildung NLP-Practitioner

Die berufsbegleitende Fortbildung NLP-Practitioner beginnt an dem Wochenende 16./18. November und endet im September 2008 mit der Prüfung und Vergabe des berufsqualifizierenden Zertifikats des autorisierten Berufsverbandes des Deutschen Verbandes für Neurolinguistisches Programmieren (DVNLP).
Interessenten können sich für diesen Lehrgang vormerken lassen, sie werden rechtzeitig zu einer Informationsveranstaltung eingeladen.

Nähere Informationen siehe Bereich: Lehrgänge im Bereich berufliche Bildung

11 14

N L P

Einführung in das Neuro Linguistische Programmieren
Wochenendseminar

NLP, entwickelt in den siebziger Jahren, hat sich als effektiver und erlernbarer Ansatz für die Arbeit mit Menschen in den unterschiedlichsten Arbeitsbereichen durchgesetzt.
Ziel aller NLP-Techniken und NLP-Modelle ist das Verständnis und die Erweiterung der inneren und äußeren Erlebniswelt eines Menschen, Problemlösungen zu finden, neue Fähigkeiten zu entwickeln und eigene Visionen zu verwirklichen.
An diesem Tag sollen die Teilnehmer über Inhalte und Ziele des NLP informiert werden und so – auch durch praktische Übungen und erste persönliche Erfahrungen – einen Einblick in die Möglichkeiten und Methoden des NLP bekommen.
Inhalte des Seminars sind theoretische Grundlagen des Modells und theoretisches und praktisches Basiswissen wie

- Lesen von Physiologien (kalibrieren)
- Trainieren der eigenen Kommunikationsfähigkeit
- Ressourcen (Fähigkeiten) erkennen und nutzen (ankern)
- lösungs- und erfolgsorientierte Zielarbeit

Hans-Georg Fröhlich,
Gestalttherapeut, NLP-Lehrtrainer,
Grafik Designer (visuelle Kommunikation)
Samstag, 29. September, 9.30–17.00 Uhr
(mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
6,5 Zeitstunden, 19,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

11 15

Sich selbst vertrauen

Wochenendseminar

Selbstsicherheit und Selbstvertrauen entstehen, wenn wir uns selbst kennen, uns unserer selbst sicher sind und uns selbst vertrauen können.
In diesem Seminar werden wir in eine intensive Erforschung unserer inneren Quellen, Fähigkeiten und Möglichkeiten gehen, unsere Sonnenseiten und Stärken wie auch unsere Schattenseiten und Selbstblockaden erkennen. Dieses Annehmen gibt uns Klarheit, Frieden im So-Sein und Sicherheit selbst in schwierigen Situationen.
Gespräche, Vorträge, Übungen zur Selbsterforschung; zur Stärkung der Sonnenseiten und Inneren Mitte bringen uns „nach Hause" in unser Selbst-Vertrauen.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung, bringen eine Unterlage/Decke und Schreibunterlagen für Notizen mit.

Cord Cordes, Dipl.-Pädagoge, Trainer & Coach
Samstag, 15. September, 10.00–17.00 Uhr,
Sonntag, 16. September, 10.00–14.00 Uhr
(mit Pausen),
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
10 Zeitstunden, 29,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

11 16

Die Kraft positiver Gedanken

Wochenendseminar

Das Seminar wendet sich an alle, die an sich selbst arbeiten und ihr Leben bewusst gestalten wollen. Es zeigt Möglichkeiten der Persönlichkeitsentwicklung durch die Aneignung einer optimistischen, positiven Lebensphilosophie auf.
Durch unterschiedliche Trainingsmethoden werden positive Gedanken und optimistische Denkmuster reaktiviert. Die Teilnehmer können dadurch lernen, mit sich selbst und anderen besser umzugehen.
Erfolgsmotivation, Selbstgewissheit, Selbstsicherheit, Selbstheilungskraft, Zufriedenheit, Stressbewältigung und Problemlösungsmut können durch praxisnahe Einübungen gefördert werden.
Darüber hinaus werden neueste wissenschaftliche Forschungsergebnisse zu diesem Thema in leichtverständlicher Form vermittelt.

Bitte denken Sie an Schreibunterlagen für Notizen.

Prof. Dr. phil. Karl-Heinz Ignatz Kerscher,
Universitätsdozent Erziehungswissenschaften
Samstag, 13. und Sonntag, 14. Oktober,
jeweils 10.00–16.00 Uhr
(mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
10 Zeitstunden, 29,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

11 17

Lach dich frei

Mit- und zueinander lachen lernen
Wochenendseminar

"Lachen ist gesund", sagt der Volksmund. Wer lachen kann ist gesünder, glücklicher und erfolgreicher – sagen Mediziner.
Doch größere Wirksamkeit entfaltet sich im energetisierenden Gruppenmiteinander. Bei solchem Lachen entstehen oft ungewohnte Bewegungen und Gesten, die reichlich Anlass geben für neues Lachen, auch über sich selbst. Miteinander zu lachen, macht stark in Krisenzeiten, ist dienlich beim Lösen von Konflikten, kann ein Betriebsklima wesentlich verbessern und sogar partnerschaftliche Probleme entschärfen helfen.
Sie erhalten einen Einblick und praktischen Einstieg in die vom Dozenten entwickelte "holotrope" (auf Ganzheit ausgerichtete) Lachtherapie.
Erwartet wird eine normale körperliche und seelische Belastbarkeit sowie Offensein für persönliche Begegnungen und kommunikative Prozesse mit den anderen Teilnehmern.

Literaturempfehlung: Rüdiger von Roden, Das Erleben erweiterten Bewusstseins, Junfermann 1997.
Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen warme Socken und eine Decke/Unterlage mit.
Die Teilnahme an diesem Seminar kann mit angerechnet werden für den Erwerb eines Zertifikats "Lach-Yoga nach Dr. Kataria".

Rüdiger von Roden,
Psychotherapeut (ECP), Heilpraktiker
Sonntag, 11. November, 11.00–19.45 Uhr
(mit Pausen),
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
7,5 Zeitstunden, 22,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Fehlt Ihnen im VHS-Programm ein Thema, ein Seminarangebot?

Haben Sie Anregungen für unsere neue Programmplanung?

Ihre Vorschläge und Ihre Anregungen sind willkommen und gern verwirklichen wir sie, wenn es möglich ist.

Rufen Sie uns an:
Tessa Twele, ☎ (0 51 41) 92 98 21

11 18

In & Out

oder – was heute zum guten Ton gehört
Wochenendseminar

Höflichkeit und gutes Benehmen gewinnen im privaten wie beruflichen Umfeld zunehmend an Bedeutung. Angenehme Umgangsformen gelten als Garanten für eine positive Atmosphäre im gesellschaftlichen Miteinander. Doch in einer Zeit schneller Veränderungen ist es schwieriger denn je zu wissen, welche Regeln zeitgemäß sind.
Für alle, die verlässliche Antworten auf die Frage suchen, was heute zum guten Ton gehört und was eventuell veraltet ist, ist dieses Seminar mit folgenden Themen gedacht:

- Etikette oder moderne Umgangsformen,
- Einladungen und ihre Geheimcodes,
- grüßen, begrüßen, bekannt machen, vorstellen,
- 1x1 der Tischsitten,
- Kleidung zu verschiedenen Anlässen,
- Small Talk u n d
- Ihre Fragen.

Claudia Hoppe, Soziologin und Imageberaterin
Samstag, 17. November, 10.00–16.00 Uhr,
Sonntag, 18. November, 10.00–13.00 Uhr (mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
8 Zeitstunden, 23,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Rhetorik Kommunikation

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24

Für die folgenden Seminare ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Schriftliche Anmeldungen sind für alle Kurse im Bereich Rhetorik erforderlich. Sie werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt und bestätigt.
Die VHS Celle plant auf Anfrage Rhetorikseminare für Zielgruppen, um einem ganz konkret definierten Teilnehmerkreis thematisch auf die gesonderten Bedürfnisse zugeschnittene Seminare anbieten zu können.
Gruppen, Vereine, Firmen und Verbände setzen sich bitte bei Bedarf mit dem Programmbereichsleiter (Tel. 05141/92 98-24) in Verbindung.

Gekonnt vorlesen

siehe Bereich: Literatur/Musik/Theater

Jetzt rede ich

Rhetorik für Jugendliche ab 16 Jahren
siehe Bereich: Junge Volkshochschule

12 01

Rhetorik

Wochenendseminar

Das Seminar bietet einen kurzen Überblick über das Basiswissen der Rhetorik und widmet sich dann der Vertiefung der rhetorischen Kenntnisse und Fertigkeiten. Der Analyse von Gesprächssituationen kommt dabei mit Hilfe von Videoaufnahmen eine besondere Bedeutung zu. Damit erhalten Einsteiger aber auch schon rhetorisch Vorgeprägte wertvolle Hilfen für ihr sprecherisches Erscheinungsbild.

Torsten Harms
Freitag, 9. November,
16.00–18.30 und 19.00–21.00 Uhr,
Samstag, 10. November,
9.00–12.30 und 13.00–15.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
10 Zeitstunden, 33,00 ¤ + 4,00 ¤ für Skripten = 37,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

12 02

Rhetorik

Wochenendseminar

Rhetorik ist die Harmonie zwischen sachlichem Inhalt und sprachlicher Form.
In diesem Seminar wollen wir intensiv an unserem Sprachverhalten feilen. Wenn Sprache erlernt und nicht angeboren ist, können Redeängste und Unsicherheiten auch durch Übungen beeinflusst werden.

Professor Dr. Karl-Heinz Ignatz Kerscher
Samstag, 24. November
und Sonntag, 25. November,
jeweils 10.00–13.00 und 14.00–17.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
12 Zeitstunden, 40,00 ¤ + 2,00 ¤ für Skripten = 42,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

„Mann – Frau, Frau – Mann“

Brückenbau zwischen Männern und Frauen, weniger Stress durch die richtige Ansprache
siehe Bereich: Pädagogik/Psychologie

12 03

Eindrucksvolle Präsentation

Wie Sie Ihren Auftritt zu einem Erlebnis machen
Wochenendseminar

Wir kommunizieren ständig – ob verbal oder nonverbal, aber leider vermitteln wir unsere Inhalte nicht immer wirkungsvoll. Nicht jedem sind sicheres Auftreten, Souveränität und Kreativität in die Wiege gelegt worden. Jedoch gibt es viele erlernbare Techniken und einfache Hilfsmittel, mit denen man genau dies erreicht.
Steigern Sie anhand vieler Übungen Ihre Überzeugungs- und Kommunikationskraft mit einer freundlichen Mimik, offenen Gestik, wirkungsvollen Stimme und mit überzeugenden Argumenten.
Das Seminar ist besonders praxisnah aufgebaut und erfordert die aktive Mitarbeit der Teilnehmer. Die Seminarinhalte werden in zahlreichen praktischen Übungen direkt in die Praxis umgesetzt und so gefestigt und vertieft. Detailliertes Feedback der Trainerin, auf Wunsch auch mit Hilfe einer Videoanalyse, unterstützen den Lernerfolg.

Jasmin Fiedler, Kommunikationstrainerin
Freitag, 5. Oktober,
18.00–19.30 und 19.45–21.00 Uhr,
Samstag, 6. Oktober,
9.00–12.00 und 13.15–16.00 Uhr,
Sonntag, 7. Oktober,
9.00–11.00 und 11.30–13.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20 (Saal),
12 Zeitstunden, 40,00 ¤ + 5,00 ¤ für Skripten = 45,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

12 04

Effektiv zusammen arbeiten und leben

Wochenendseminar

Das Seminar hilft Ihnen, persönliche Stärken zu erkennen und auszubauen, den richtigen Platz zu finden, sich in die richtige Richtung weiter zu entwickeln, die Motivation anderer aus deren Verhalten besser zu erkennen, erworbene Grundkenntnisse in die Zusammenarbeit mit anderen einzubringen, das zwischenmenschliche Konfliktpotenzial zu reduzieren.
Der Nutzen des Seminars schlägt sich im beruflichen, ehrenamtlichen und privaten Bereich nieder.

- Sie erweitern Ihre persönlichen Entwicklungsmöglichkeiten
- Sie erkennen herausragende Merkmale des Verhaltens von Menschen, mit denen Sie Umgang haben. Daraus können Sie auf die dahinter liegende Motivation der verschiedenen Persönlichkeitsstile schließen. Das ermöglicht einen effektiveren Umgang miteinander.
- Sie entscheiden sich für ein Verhalten, das die Beziehungen zu anderen nachhaltig verbessert.

Heinz-Martin Adler, Management-Trainer
Freitag, 5. Oktober, 18.00–21.15 Uhr,
Samstag, 6. Oktober, 9.30–16.30 Uhr (mit Pausen)

und Dienstag, 27. November,
18.30–20.45 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
15 Unterrichtsstunden, 37,00 ¤ + 18,00 ¤ für Unterrichtsmaterialien = 55,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

12 05

„Effektiv zusammen arbeiten und leben“

Auffrischungsworkshop nur für frühere Teilnehmer der gleichnamigen Kurse

Wenn Sie
- in den vergangenen 2 Jahren einen dieser Kurse in der VHS abgeschlossen haben,
- sich auf die Umsetzung der vermittelten Inhalte in Ihrem beruflichen und privaten Umfeld eingelassen haben,
- dabei Grauzonen oder offene Fragen entdeckt haben, die Sie unbedingt klären möchten,
- in der praktischen Umsetzung des Profils die Stufe der “unbewussten Kompetenz” erreichen wollen,

dann ist dieser dreistündige Workshop genau richtig!

Inhalte:
- Fallbeispiele und Situationen, die SIE mitbringen, werden miteinander besprochen
- Moderierter Erfahrungsaustausch der Teilnehmer
- Nachmoderation von Inhalten, die Sie vorgeben
- NEU: Effektiver telefonieren dank DISG

Heinz-Martin Adler, Management-Trainer
Dienstag, 16. Oktober, 18.00–21.15 Uhr (mit Pause),
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 10,00 ¤ + 13,00 ¤ Arbeitsmaterial = 23,00 ¤.

12 06

Effektiv arbeiten durch kreatives Vorgehen

Kreative Arbeitstechniken im Alltag

„Ich bin nicht kreativ!“ denken viele. Stimmt aber nicht. Viele haben nur falsche Vorstellungen von Kreativität. Sie denken vielleicht an Künstler mit wirren Haaren, die Farbkleckse auf eine Leinwand schleudern und dies als kreative Kunst verkaufen.
Entdecken Sie in diesem Kurs, wie man methodisch, gründlich UND kreativ zugleich sein kann. Überraschen Sie Ihre Umgebung durch eine neue, kreative Herangehensweise an ein altes (oder neues) Problem, dass allen auf die Nerven geht.
In diesem Kurs geht es um Alltagskreativität. U.a. werden die folgenden Fragen angesprochen und durch entsprechende Methodenvorschläge beantwortet:
- Wie kann ich meine spontanen Gedanken schriftlich ordnen und daraus ein sinnvolles Konzept machen?
  Ziel: z.B. eine Präsentation im Kollegenkreis, im Verein oder vor Kunden.
- Wie kann ich herausbekommen, was wirklich bei einem Projekt schief gelaufen ist
  Ziel: eine differenzierte Analyse der wirklichen Ursachen.
- Wie können wir in einer Besprechung Beiträge effektiv miteinander verbinden, die eigentlich einander widersprechen (z.B. Ideenfindung, Analyse, Kritik, positive Eindrücke und Entscheidungsfindung etc.)?
  Ziel: Jeder Teilnehmer kommt zu Wort, wird gehört, trägt zu einer guten Entscheidung bei und ist zufrieden.
- Wie kann ich verschiedene Ideen, die mir gleichzeitig kommen, den verschiedenen Themen oder Projekten effektiv zuordnen?
  Ziel: Den Ideenfluss nicht unterbrechen und trotzdem die Konzentration auf das aktuelle Arbeitsthema beibehalten.
- Wie entdecke ich MEINE kreativen Fähigkeiten?
  Ziel: Sie finden die Methode, die zu Ihnen passt und Ihre Möglichkeiten erweitert.

Heinz-Martin Adler, Management-Trainer
dienstags, 18.30–21.45 Uhr,
Beginn: 6. November,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
2 Abende, 20,00 ¤ + 7,00 ¤ für Arbeitsunterlagen = 27,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Älter werden – andere Perspektiven

Programmbereichsleitung:
Tessa Twele, Tel. 05141/92 98-21

Für die folgenden Angebote ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

13 01

Neue Wohnformen in Gemeinschaft

In Kooperation mit dem Gleichstellungsbüro der Stadt Celle und dem Celler Bau- und Sparverein eG

Mit hoher Eigenständigkeit leben und wohnen in verbindlicher Nachbarschaft, im vertrauten Umfeld bis ins hohe Alter – das entspricht zunehmend den Vorstellungen der Menschen aller Altersgruppen.
In Celle hat diese Zukunft bereits begonnen. Mit dem Mehrgenerationenhaus gibt es einen Treffpunkt für alt und jung. In der Hattendorffstraße startet das erste gemeinschaftliche Wohnprojekt Ende September dieses Jahres. Zwischen Heeseplatz und Lauensteinplatz entsteht in Zusammenarbeit mit den Bewohnern ein neues Quartier mit verschiedenen Wohnformen, sozialen und kulturellen Angeboten.
An diesem Abend soll über Aspekte des Wohnens im Alter und konkrete Beispiele vor Ort informiert werden. Angesprochen sind Teilnehmer, die aktiv ihre zukünftige Wohn- und Lebensform gestalten wollen.

Themenschwerpunkte:
- Neue Wohnformen in Gemeinschaft – Lebensqualität für die Zukunft
  Referentin: D. Tjaden-Jöhren
- Das Heese Quartier
  Referent: F. Stünkel
- Die Gruppe “Celler Woge”
  Referentin: C. Vette
- Die Projektwerkstatt zum Mitmachen
  Referentin: D. Tjaden-Jöhren

Donnerstag, 27. September, 17.00–19.15 Uhr,
Saal des Mehrgenerationenhauses,
Fritzenwiese 46,
3 Unterrichtsstunden, 5,00 ¤.

Wir bitten um Anmeldung auch bei Einzelveranstaltungen.

13 02

Das Handy klingelt ...

Wissenswertes rund um das „kleine Telefon“

Jeder/jede hat es ... aber vielen fehlen doch noch wichtige Hinweise und Handhabungen, um damit umzugehen.
Im ersten Teil wird Ihnen erläutert, wie Mobilfunk funktioniert, welche Netzbetreiber und Dienstanbieter (Provider) es gibt. Sie erhalten Hinweise zur Auswahl eines für Sie geeigneten Dienstanbieters und Tarifes und natürlich werden Ihre Fragen beantwortet.
Im zweiten Teil üben Sie praktisch die Bedienung Ihres Handys und lernen dabei die wichtigsten Funktionen kennen und nutzen.

Bitte bringen Sie (natürlich) Ihr Handy, das Netzladegerät, das Benutzerhandbuch (wenn noch vorhanden) sowie die Telefonnummer und die PIN (stehen im Schreiben Ihres Netzanbieters, mit dem Ihnen die Telefonkarte zugesandt wurde) und eine neue Guthabenaufladekarte, wenn Sie einen Guthabenvertrag (Prepaid) besitzen, mit.

Nicht vergessen: Bitte laden Sie den Akku Ihres Handys vor dem Seminar noch einmal auf!

Peter Hoffmanns, Diplom-Verwaltungswirt
montags, 16.00–19.00 Uhr,
Beginn: 8. Oktober,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
2 Termine, 18,00 ¤.

13 03

Das Handy klingelt ...

Wissenswertes rund um das „kleine Telefon“

Kursinhalte siehe oben.

Bitte bringen Sie (natürlich) Ihr Handy, das Netzladegerät, das Benutzerhandbuch (wenn noch vorhanden) sowie die Telefonnummer und die PIN (stehen im Schreiben Ihres Netzanbieters, mit dem Ihnen die Telefonkarte zugesandt wurde) und eine neue Guthabenaufladekarte, wenn Sie einen Guthabenvertrag (Prepaid) besitzen, mit.

Nicht vergessen: Bitte laden Sie den Akku Ihres Handys vor dem Seminar noch einmal auf!

Peter Hoffmanns, Diplom-Verwaltungswirt
montags, 16.00–19.00 Uhr,
Beginn: 19. November,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
2 Termine, 18,00 ¤.

13 04

Denken und Bewegen im „knackigen“ Alter!

ein Samstagvormittag

Das „Ganzheitliche Gedächtnistraining“ (G.G.T) ist Fitness für Körper, Geist und Seele und macht auch noch, ohne Leistungsdruck zu erzeugen, Spaß! Der Kurs beinhaltet Koordinations- und Konzentrationsübungen; denn – wie heißt es so schön? – „Wer sich bewegt, denkt leichter“!
Das Seminar ist für „60+ Personen“ zugeschnitten.

Bitte bringen Sie Schreibzeug, evtl. ein kleines Pausenbrot und etwas zu trinken mit.

Gudrun Bachmann,
Ergotherapeutin, Gedächtnistrainerin
Samstag, 6. Oktober, 9.30–12.30 Uhr,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
3 Zeitstunden, 9,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

13 05

Tanzen

Tanzen schafft Lebensfreude und Geselligkeit und ist ein hervorragendes Training für Herz & Kreislauf, Kopf & Füße.
Bei Kreistänzen aus verschiedenen Ländern können wir etwas über Kultur und Lebensweise anderer Völker erfahren.

Bitte leichte, rutschfeste Schuhe mitbringen.

Sybille Schulz, Gymnastiklehrerin
dienstags, 15.00–16.30 Uhr,
Beginn: 18. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
9 Nachmittage, 45,00 ¤.

American Line Dance

… hier gibt es keine Altersgrenze und ein Tanzpartner ist auch nicht erforderlich!
siehe Bereich: Gymnastik/Bewegung/Tanz

Weitere geeignete Angebote besonders für Ältere im Bereich Bewegung und körperliche Fitness sind:

- Gymnastik für Osteoporosebetroffene
- Wassergymnastik
- Nordic Walking
- Qi Gong

siehe Bereich: Gymnastik bzw. Entspannung

EDV für Senioren

- PC Einstieg mit Windows
- Textverarbeitung
- Einführung in das Internet

siehe Bereich: EDV für Senioren

Englisch für Senioren

Anfänger bis Fortgeschrittene
siehe Bereich: Englisch

Vergessen Sie nicht, sich auch die Angebote in den anderen Fachbereichen anzuschauen. Sie werden noch viele interessante Veranstaltungen entdecken!

Seminare für Frauen

Programmbereichsleitung:
Tessa Twele, Tel. 05141/92 98-21

Für die folgenden Angebote ist die Teilnehmerinnenzahl begrenzt. Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

„Mann – Frau, Frau – Mann“

Brückenbau zwischen Männern und Frauen, weniger Stress durch die richtige Ansprache
siehe Bereich: Pädagogik/Psychologie

13 06

„Small Talk am Wochenende“

das kleine Gespräch beruflich und privat

… ganz groß! Denn Small Talk ist mehr als nur über das Wetter auf einer Party zu sprechen.
Small Talk ist die Fähigkeit, auf (fremde) Menschen zuzugehen, Kontakte zu knüpfen, eine gute, kooperative Gesprächsatmosphäre zu schaffen.
Small Talk ist der Ausgangspunkt für weiterführende Kommunikation im gesellschaftlichen Leben, mit Vorgesetzten und/oder Mitarbeitern, im Kundengespräch oder privat.
Wie aber funktioniert Small Talk?
Das Seminar spricht Frauen an, die ihre berufliche und private Kommunikationsfähigkeit erweitern möchten.

Martina Boden, Journalistin
Samstag, 24. November, 9.30–16.30 Uhr (mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
6 Zeitstunden, 18,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

In & out –

oder was heute zum guten Ton gehört
siehe Bereich: Pädagogik/Psychologie

Weitere Angebote für die persönliche und berufliche Weiterbildung

siehe auch Bereiche:
Pädagogik/Psychologie, Rhetorik;
EDV-Angebote:
Neuer Start in den Beruf und Lehrgänge im Bereich berufliche Bildung.

Frauen im Wechsel

siehe Bereich: Gesundheit

13 07

Typgerecht schminken

Das persönliche Erscheinungsbild kann durch optimales Schminken positiv beeinflusst werden. Verschiedene Schminktechniken für ein Tages- und ein Abend-Make-up werden in praktischen Übungen vermittelt.

Bitte bringen Sie auch vorhandene Schminksachen und evtl. einen kleinen Spiegel mit!

Stephanie Nieber, Kosmetikerin
mittwochs, 18.30–21.00 Uhr,
Beginn: 10. Oktober,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
2 Abende, 17,00 ¤ + 7,00 ¤ Materialkosten = 24,00 ¤.

13 08

Farbberatung

Wie die Natur in den vier Jahreszeiten jeweils bestimmte harmonische Farbkombinationen hervorbringt, so verkörpern auch Sie aufgrund Ihrer Haut-, Augen- und Haarfarbe einen bestimmten Typ, der mit einer der Jahreszeiten im Einklang steht.
Es können Ihnen verschiedene Farben gut stehen, am vorteilhaftesten sind das aber in der Regel die Farben „Ihrer Jahreszeit“.
Eine Farbberatung macht Sie sicherer und modeunabhängiger. Sie hilft Ihnen, beim Einkaufen Zeit und Geld zu sparen, Fehleinkäufe zu vermeiden.

Bitte bringen Sie Ihr Lieblingstuch mit.

Dagmar Ali, Entwurfsdirektrice
mittwochs, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 7. November,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
2 Abende, 20,00 ¤.

13 09

Mein Stil – meine (neue) Passform!

Wochenendseminar

Stil ist das Gegenteil von gestylt. Teure, topaktuelle Markenkleidung prägt nicht den Stil, sondern zeigt nur, was jemand trägt.
Die Gesamterscheinung ist das Wichtigste, d.h. die Art der Darstellung, der Bewegung, der Harmonie zwischen Kleidung und Typ.
Der sogenannte „Goldene Schnitt“ nach Leonardo da Vinci bildet die Grundlage dafür, den Körper in vier gleiche Bereiche einzuteilen und zueinander in Relation zu setzen.
Auf Grund dieser Erkenntnisse kann ich meinen Stil aufbauen und erlange eine neue Passform und ein neues, positives Körpergefühl. Körperliche Nachteile werden kaschiert und Vorteile betont.

Dagmar Ali, Entwurfsdirektrice
Samstag, 17. November, 14.00–18.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
4 Zeitstunden, 13,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

13 10

Mit Accessoires gekonnt Akzente setzen!

Pfiffige Accessoires können Spaß machen und Ihren Typ wirkungsvoll in Szene setzen. Mit Tüchern, Hüten, Ketten und anderen Accessoires verändern Sie Kleidung, betonen Ihre Vorzüge und runden den Gesamteindruck ab.
Holen Sie sich viele pfiffige Ideen!

Bitte „Lieblings“accessoires mitbringen.

Dagmar Ali, Entwurfsdirektrice
Montag, 3. Dezember, 18.45–21.45 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
3 Zeitstunden, 10,00 ¤.

Mollig – und fit!

siehe Bereich: Gymnastik

13 11

Ratschläge rund ums Rad

Wochenendseminar

Ein Fahrrad muss fahren … es muss funktionstüchtig, sicher und nun auch „winterfest“ sein!
Daher ist es wichtig, dass auch „die Frau“ einige Reparaturen selbst in die Hand nehmen kann. Das spart Zeit, Ärger und Geld!
In diesem Workshop zeigen wir Ihnen die gängigsten Reparaturtechniken für das eigene Rad (und oft auch für die Räder der Kinder!!?): Reifen flicken, Kette spannen, Lichtanlage & Bremsbelege überprüfen, Schaltung einstellen, Wartung und – wenn dann noch Zeit bleibt zentrieren wir die „Acht“ aus dem Rad und beantworten auch ganz spezielle Fragen.

Vergessen Sie nicht, mit Ihrem Fahrrad zu kommen!
Bringen Sie bitte vorhandenes Werkzeug, Luftpumpe und Flickzeug mit.

Claus Stahl,
Zweiradmechaniker, Mitglied im ADFC
Samstag, 13. Oktober, 13.00–18.00 Uhr,
Innenhof der VHS, Trift 20,
5 Zeitstunden, 17,00 ¤ + 1,00 ¤ Materialkosten = 18,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Junge Volkshochschule

Die folgenden Angebote wenden sich an Kinder und Jugendliche im Alter bis zu 18 Jahren. Für alle Angebote ist die Teilnehmerzahl begrenzt.
Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt und bestätigt.

L 1

Ein Vormittag im Bomann-Museum

für Eltern und Kinder

In Zusammenarbeit mit dem Bomann-Museum

Wie die Menschen früher in unserer Region ohne Auto, elektrisches Licht, Fernseher und Computer leben konnten, erfahren Kinder im Alter von 6 bis 12 Jahren in Begleitung ihrer Eltern bei einer kindgerechten Führung u.a. durch das Heidezimmer, Bauernhaus oder die Spielzeugabteilung des drittgrößten kulturhistorischen Museums Niedersachsens.
Im Anschluss an die Führung haben die Familien die Möglichkeit eines weiteren Rundgangs durch das Museum.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Marlene Pferdekämper, Stadtführerin
Samstag, 1. Dezember, 10.30–12.00 Uhr,
Treffpunkt:
Celle, Haupteingang Bomann-Museum,
Teilnehmergebühr für Erwachsene: 5,00 ¤, für Kinder: 2,50 ¤ + Eintritt für das Museum: 2,00 ¤ für Erwachsene, Kinder frei. Die Kursgebühr ist gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen.

Über diese Führung erteilt unsere Außenstelle Lachendorf, Frau Buchbinder, Tel. (0 51 45) 2 82 88, nähere Auskünfte und nimmt Anmeldungen entgegen.

14 01

Jetzt rede ich

Rhetorik für Jugendliche ab 16 Jahren
Wochenendseminar

Im schulischen und privaten Bereich gibt es immer wieder Situationen, in denen wir Schwierigkeiten haben, unsere Interessen wirkungsvoll zu vertreten. Wer etwas mitteilen und durchsetzen möchte, muss Sprache zielgerichtet verwenden können.
An diesem Wochenende beschäftigen wir uns mit:
- der Wirkung auf mich und andere (Körpersprache, Mimik, Gestik)
- dem freien Reden vor der Gruppe
- Übungen zum verständlichen Sprechen.

Bitte mitbringen: Papier und Stifte und für die Mittagspause Verpflegung!

Annegret Main, M.A.
Samstag, 24. November,
10.00–13.00 und 14.00–18.00 Uhr,
Sonntag, 25. November,
11.00–13.00 und 14.00–17.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
12 Zeitstunden, 40,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

14 02

Autogenes Training

für junge Leute ab 15 Jahren

Unkonzentriert, nervös, aufgeregt ... das kann schulische Leistungen beeinträchtigen und die Freude am Lernen mindern.
Das Autogene Training ist eine anerkannte Selbstentspannungsmethode, mit der unter Zuhilfenahme der eigenen Vorstellungskraft die körperliche und psychische Gesundheit gefördert wird.
Regelmäßige Anwendung führt zu mehr Ruhe, Gelassenheit und zu größerer Konzentration.
Ihr habt hier die Möglichkeit, die nötigen Techniken des Autogenen Trainings zu erlernen, sie dann mehr und mehr zu üben und in euren schulischen Alltag zu integrieren denn – die nächsten Prüfungen kommen ganz bestimmt!

Hanna Stark, Seminarleiterin für Autogenes Training und Entspannungstherapie
mittwochs, 16.30–18.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
8 Abende, 40,00 ¤.

14 03

Stell dich vor ...

gekonnt werben
– für Realschüler und Gymnasiasten
Tagesseminar in den Herbstferien

„Bewerben kommt von werben“ und eine Bewerbung sollte wirkungsvolle Werbung in eigener Sache sein.
Hier könnt ihr freie Zeit nutzen, um schon einmal den Blick auf eure (zukünftigen) Bewerbungen zu richten. Tipps und Literatur zu diesem Thema sind zwar im Überfluss vorhanden, doch unter professioneller Anleitung und in einer Gruppe Gleichgesinnter ist das Ergebnis oft viel besser.
Das Seminar unterstützt euch, erfolgreich zu werben, Stärken, Kenntnisse und Fähigkeiten herauszuarbeiten und wirkungsvoll zu präsentieren, aktuelle Standards und Anforderungen bei Bewerbungen einzuhalten und so „einer Wunschausbildung“ möglichst große Chancen zu geben.

Hans H. Lerch,
Dipl.-Kaufmann, Personalentwicklungsberater
Mittwoch, 24. Oktober,
10.00–13.00 und 14.00–17.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
6 Zeitstunden, 20,00 ¤.

14 04

Tastschreiben am PC

für Schüler von 12 bis 16 Jahren
in den Herbstferien

Die Erstellung von maschinengeschriebenen Texten wird heute mit Personalcomputern durchgeführt. Viele Vorteile, wie leichte Korrigierbarkeit, verschiedene Schriftarten, die Speichermöglichkeit der geschriebenen Texte und die Vielfalt der Ausdruckmöglichkeiten haben dazu geführt, dass die Schreibmaschine von der EDV-gestützten Texterstellung abgelöst wurde.

Themenschwerpunkte:
Erlernen des 10-Finger-Tastschreibens im Buchstabenfeld mit Großschreibung, Erarbeitung der wichtigsten Sonderzeichen sowie die neuen Schreib- und Gestaltungsregeln für die Textverarbeitung nach DIN 5008.

Dorothea Gebert, Fachlehrerin
Montag, 22. bis Freitag, 26. Oktober,
Montag, 29. Oktober,
bis Freitag, 2. November,
jeweils von 10.45–12.45 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
10 Vormittage, 66,00 ¤ + 8,00 ¤ für Lernmittel = 74,00 ¤.

14 05

Fit4future – Computerkurs für Kids

für Kinder von 8 bis 10 Jahren
(3. + 4. Klasse)

Du willst mit Spaß deinen PC beherrschen? Du bist interessiert daran, dir Informationen aus dem Internet zu holen? Du willst den PC nutzen, um Texte profimäßig aufzupeppen? Auch ohne Vorwissen kommst du schnell in Fahrt, denn anhand von Projekten erlernst du den Umgang mit den notwendigen Office-Anwendungen, mit Windows und dem Internet.

Themenschwerpunkte:
- Gestaltung der Bildschirmoberfläche
- Zeichnen mit Paint
- Texte schreiben und gestalten mit Word
- Grafische Elemente einbinden
- Internetseiten für Kinder
- Informationen im Internet suchen
- Texte und Grafiken aus dem Internet übernehmen
- Dateien speichern und drucken

Sylvia Lubinski, Diplom-Pädagogin
dienstags, 15.00–16.00 Uhr,
Beginn: 18. September
(kein Unterricht in den Ferien und an schulfreien Tagen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
10 Nachmittage, 33,00 ¤ + 5,00 ¤ für Lernmittel = 38,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung durch den Erziehungsberechtigten erforderlich.

14 06

Schularbeiten super einfach

Schularbeiten profimäßig aufpeppen mit Word, Excel, PowerPoint und dem Internet
für Jugendliche von 10 bis 14 Jahren

Es wird Programm übergreifend der Umgang mit dem PC vermittelt und praxisbezogen ein sinnvoller Einsatz bei der Erstellung von Schularbeiten und Referaten gezeigt.
Nach und nach werdet ihr an einzelne Aufgaben herangeführt, die abschließend ein fertiges Projekt als Ergebnis liefern.

Themenschwerpunkte:
- Ordner anlegen und Dateien verwalten
- Informationen aus dem Internet holen
- Texte im Internet finden und downloaden
- Texte in Word gestalten
- Grafiken einfügen

- Tabellen erstellen
- Rechnen in Tabellen mit Excel
- Ergebnisse präsentieren mit PowerPoint.

Nach erfolgreicher Teilnahme könnt ihr die Prüfung für das Xpert Europäischer ComputerPass Basiszertifikat ablegen.
Genauere Informationen über dieses Zertifikat erhaltet ihr von der Dozentin.

Sylvia Lubinski, Diplom-Pädagogin
dienstags, 16.30–17.30 Uhr,
Beginn: 18. September
(kein Unterricht in den Ferien und an schulfreien Tagen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
15 Nachmittage, 50,00 ¤ + 8,00 ¤ für Lernmittel = 58,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung durch den Erziehungsberechtigten erforderlich.

14 07

Excel super einfach

für Jugendliche von 10 bis 14 Jahren

Mit dem Programm Microsoft Excel lassen sich Planungen und Berechnungen durchführen und Ergebnisse anschaulich in verschiedenen Diagrammtypen darstellen. Ziel wird es sein, Zahlenwerte zu ermitteln und für Hausarbeiten oder Referate übersichtlich zu präsentieren.

Themenschwerpunkte:
- Tabellen erstellen und bearbeiten
- Zellen formatieren
- Berechnungen durchführen
- Funktionen nutzen
- Diagramme erstellen

Die Teilnehmer sollten Grundkenntnisse in der Bedienung eines PC's, z.B. aus dem Kurs „Schularbeiten super einfach", besitzen.

Sylvia Lubinski, Diplom-Pädagogin
donnerstags, 16.00–17.00 Uhr,
Beginn: 20. September
(kein Unterricht in den Ferien und an schulfreien Tagen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
10 Nachmittage, 33,00 ¤ + 5,00 ¤ für Lernmittel = 38,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung durch den Erziehungsberechtigten erforderlich.

Für Ihre telefonische Anmeldung wählen Sie bitte die Telefonnummer

(0 51 41) 92 98-0

14 08

Präsentation super einfach

Referate profimäßig präsentieren mit PowerPoint 2002
für Jugendliche von 10 bis 14 Jahren
in den Herbstferien

Inhalte:
- Folien erstellen
- Texte, Tabellen und grafische Elemente einfügen
- Informationen aus dem Internet übernehmen
- Folienmaster bearbeiten
- Designvorlagen zuweisen
- Animationen und Folienübergänge
- Hyperlinks
- Handzettel drucken

Sylvia Lubinski, Diplom-Pädagogin
Montag, 29. Oktober,
bis Freitag, 2. November,
jeweils von 10.00–11.30 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
5 Vormittage, 25,00 ¤ + 5,00 ¤ für Lernmittel = 30,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

14 09

Oma oder Opa, „ich" und der Computer

ein Angebot für Kinder im Alter von 7 bis 10 Jahren mit ihren Großeltern
in den Weihnachtsferien

Ein ungewöhnliches Seminar erwartet euch hier! Angesprochen sind Großeltern & Enkelkind, die gemeinsam (erste) EDV-Erfahrungen sammeln möchten.
Wir werden:
- das Textverarbeitungsprogramm kennen lernen und Texte mit grafischen Elementen in Word aufpeppen (vielleicht schon für eine lustige Einladung zum nächsten Geburtstag …?)
- lernen, wie wir gezielt Informationen aus dem Internet bekommen
- die schnelle Informationsübermittlung mit E-Mails üben, so dass es kein Problem wird, wenn Oma oder Opa nicht nebenan wohnen.

Mit Spaß, gegenseitigem Verständnis, spielerisch … lernt hier die ältere Generation von der jungen (oder auch umgekehrt).
Sie erfahren gemeinsam, dass man mit dem Computer freie Zeit auch sinnvoll gestalten kann.
Die Großeltern lernen, die Faszination kennen, die ihre Enkelkinder der neuen Technik entgegen bringen.

Sylvia Lubinski, Diplom-Pädagogin
Mittwoch, 2. Januar 2008,
bis Freitag, 4. Januar 2008,
jeweils von 10.00–11.30 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
3 Vormittage, 30,00 ¤ (für einen Erwachsenen + 1 Kind).
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

14 10

Zirkusluft schnuppern

nicht als Zuschauer,
sondern als kleiner Artist
in den Herbstferien

Hereinspaziert – hier könnt ihr, Jungen und Mädchen im Alter von 9 bis 13 Jahren, viel ausprobieren, erfahren, lernen … und kleine Zirkus"stars" werden.
Ihr lernt Kunststücke mit dem Diabolo, baut Menschenpyramiden, jongliert mit Bällen und Keulen und probiert das Fahren auf dem Einrad aus.
Zum Abschluss unserer Zirkuswoche gibt es dann eine echte Zirkusshow, zu der ihr jemanden (vielleicht Mama oder Papa, Oma oder Opa, Freund oder Freundin??) einladen könnt.

Der Workshop findet in Zusammenarbeit mit „Zirkus Knalltüte", ein Projekt der Stadt Celle, statt.

Übungsleiter vom „Zirkus Knalltüte"
Montag, 22. Oktober,
bis Freitag, 26. Oktober,
jeweils 10.00–13.00 Uhr und am Freitagnachmittag ab ca. 14.00 Uhr Generalprobe,
sowie ab 16.00 Uhr die Aufführung
(genaue Absprache erfolgt noch während des Workshops),
CD Kaserne, Hannoversche Str. 30B,
5 Vormittage und 1 Nachmittag, 50,00 ¤.

Leichter lernen ohne Stress

ein Angebot für Kinder im Alter von 7 bis 10 Jahren am Samstag
siehe Bereich: Pädagogik/Psychologie

14 11

Keine Angst vor Chemie!

Wir stillen unseren Forschergeist
in den Herbstferien

… und unsere Neugierde und schauen einmal, welche naturwissenschaftlichen Vorgänge um uns herum ablaufen.
Die Geheimnisse der Chemie sind im Alltag versteckt, man muss sie nur aufstöbern – das wollen wir an diesem Nachmittag tun!
Mit einfachen chemischen Experimenten werdet ihr die Freude am Betrachten von Naturphänomenen entdecken und gemeinsam Überlegungen anstellen, wieso, weshalb, warum dies oder das passiert.
Kinder im Grundschulalter (7 bis 10 Jahre) sind willkommen.

Elke Stanke, Dipl.-Lebensmitteltechnologin
Montag, 29. Oktober
und Dienstag, 30. Oktober,
jeweils von 14.30–16.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
2 Nachmittage, 10,00 ¤ + Materialkosten von 3,00 ¤ = 13,00 ¤.

14 12

Kickboxen für Kids

im Alter von 8 bis 16 Jahren
in den Herbstferien

Kickboxen ist „in“, macht den Körper fit, gibt Kraft und Zuversicht und – macht viel Spaß. Mädchen und Jungen haben hier die Möglichkeit, Kickboxen einmal auszuprobieren. Die Gruppen werden nach Alter getrennt.

Metin Bagiran, Budomeister (7. DAN)
Montag, 22. Oktober,
bis Freitag, 26. Oktober,
jeweils 14.00–16.00 Uhr,
Hehlentorhalle, Harburger Str. (Eingang über den Schulhof der Hehlentorschule),
5 Nachmittage, 33,00 ¤.

Walderlebnistag

siehe: Programme der Außenstellen Flotwedel Fl 2 und Lachendorf, L 2.

14 13

Klettern

für Grundschulkinder
in den Herbstferien

Klettern fördert das Körpergefühl, Konzentrationsvermögen und auch gegenseitiges Vertrauen.
Dieser Einführungskurs umfasst Grundtechniken des Kletterns, das Abseilen, gegenseitiges Sichern sowie Material- und Knotenkunde.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Ihr solltet allerdings bewegungsgewohnt, normalgewichtig und frei von extremer Höhenangst sein.

Bitte Sportkleidung und saubere Turnschuhe mitbringen; außerdem etwas zu trinken und ein kleines „Kraft“-Brot.

Karl Hustedt,
Fachübungsleiter Hochtouren, Ausbildungsreferent des Alpenvereins der Sektion Celle
Montag, 22. Oktober
und Dienstag, 23. Oktober,
jeweils von 10.00–12.30 Uhr,
CD Kaserne, Hannoversche Str. 30B (Kletterwand des Alpenvereins, Halle 10),
2 Vormittage, 23,00 ¤.

14 14

Klettern

für Grundschulkinder
in den Herbstferien

Kursinhalte siehe oben.

Bitte Sportkleidung und saubere Turnschuhe mitbringen; außerdem etwas zu trinken und ein kleines „Kraft“-Brot.

Karl Hustedt,
Fachübungsleiter Hochtouren, Ausbildungsreferent des Alpenvereins der Sektion Celle
Montag, 29. Oktober
und Dienstag, 30. Oktober,
jeweils von 10.00–12.30 Uhr,
CD Kaserne, Hannoversche Str. 30B (Kletterwand des Alpenvereins, Halle 10),
2 Vormittage, 23,00 ¤.

14 15

Inline-Skaten für Kids

von 5 bis 8 Jahren
Vormittagskurs in den Herbstferien

Das Skaten von Grund auf und mit der richtigen Technik erlernen und so mit der größtmöglichen Sicherheit fahren, das ist wichtig … außerdem werden wir mit vielen tollen Spielen, Lachen & Spaß die Stunden genießen!

Bitte Inline-Skates, Schutzkleidung, einen Helm (Fahrradhelm) und etwas zu Trinken und ein kleines Brot oder einen Energieriegel mitbringen!

Birgit Cewe, C-Trainerin, Übungsleiterin
Montag, 22. bis Mittwoch, 24. Oktober,
jeweils von 9.30–11.30 Uhr,
Schulzentrum, Halle 3 („alte Burghalle“),
3 Vormittage, 20,00 ¤.

14 16

Spielend Inline-Skaten

von 8 bis 12 Jahren
Vormittagskurs in den Herbstferien

Neues erfahren, spielend Spaß haben … so werden wir unsere Ferientage genießen. Die eine oder andere Technik werden wir uns ansehen und trainieren, Spiele (Hockey??) werden wir veranstalten und Wünsche dürft ihr selbstverständlich auch nennen!

Reiner Ertel, A-Lizenz Inlineskaten,
DNV-Nordic-Skating-Instructor
Montag, 29. bis Mittwoch 31. Oktober,
jeweils von 9.30–11.30 Uhr,
Schulzentrum, Halle 3 („alte Burghalle“),
3 Vormittage,
20,00 ¤.

14 17

Wir bauen einen „klingenden Weihnachtsbaum“

für Jungen und Mädchen ab 10 Jahren
Wochenendseminar

… ein beliebtes Geschicklichkeitsspiel gerade für die Weihnachtszeit! Mit ruhiger Hand versuchen wir den Konturen eines Tannenbaumes zu folgen. Zittert ihr, dann erklingt eine beliebte Weihnachtsmelodie.
Doch zuerst kommt die „Arbeit“. Lötkolben, Heißklebepistole, Seitenschneider, Flachzange/Pinzette sind unsere Werkzeuge. Und dann geht’s los mit der Montage kleiner elektronischer Bauteile.
Vielleicht erkennt ihr bestimmte Fachausdrücke wieder, so zum Beispiel Widerstände, Kondensatoren, Elektrolytkondensator, Leuchtdiode … aber keine Angst, mit einer fachmännischen Begleitung klappt es bestimmt!

Udo Nicke, Deutscher Amateur-Radio-Club e.V.
Samstag, 1. Dezember, 10.00–13.30 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
1 Vormittag 12,00 ¤ + Materialkosten von 10,00 ¤ = 22,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Kultur / Kunst

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling, 05141/92 98-24

15 01

Das Hunderttorige Theben: Karnak und Luxor

Seminarkurs in Zusammenarbeit mit der Universität Hannover

Die Tempelkomplexe der heutigen Orte Karnak und Luxor gehören mit ihrer 2000-jährigen Baugeschichte zu den ausgedehntesten Sakralanlagen der Menschheit. Seit spätestens 1550 v. Chr. entwickelte sich Ägypten zu einer Weltmacht und Teile der in das Land strömenden Reichtümer wurden in gewaltige

Bauprogramme umgesetzt; für jeden Pharao war es obligatorisch, den bestehenden Anlagen eigene Bauten hinzuzufügen – Tempelbau war immer auch eine Form von Gottes-Dienst sowie Grundlage jeglicher Herrschaftslegitimation und somit verankert im Grundbestand altägyptischer Religion.
An den wichtigsten Baulichkeiten beider Tempelkomplexe werden die Hauptzüge der architektonischen Entwicklung nachgezeichnet: in Karnak die Weiße Kapelle Sesostris’ I., Rote Kapelle und Obelisk der Hatschepsut, Festtempel Thutmosis’ III., Ramessidischer Großer Säulensaal; in Luxor der Ramessidische Hof, die Tutanchamun-Kolonnaden, das Alexandersanktuar sowie die Statuenfunde, die man im Amenophis III. Hof machte, die sog. Cachette.
Im abschließenden Teil des Seminars werden an ausgewählten Beispielen Fragen der Bautechnik erörtert: Herkunft und Transport der Baumaterialien, Aufrichtung der Obelisken und Kolossalstatuen, Fundamentierung des Säulensaals; Anzahl und Unterbringung der Arbeiter. Das gesamte Material wird anhand von Dias (April 2007), Karten, Plänen und Zitaten aus den Bauinschriften detailliert vorgeführt.

Dr. phil. Albrecht Endruweit, Ägyptologe
montags, 18.00–21.15 Uhr,
Beginn: 1. Oktober,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
10 Abende, 108,00 ¤.

15 02

Islamische Kunst und Kultur

Wochenendseminar in Zusammenarbeit mit der Universität Hannover

Die Erwähnung des Islams weckt in der westlichen Welt derzeit in erster Linie Assoziationen von Gewalt, Terror und fanatischer Religiosität. Dass der Islam eine Kraft ist, die nicht nur die Weltgeschichte entscheidend geprägt hat und noch prägt, sondern der auch unsere europäische Kultur wesentliche Impulse verdankt, wird darüber meistens vergessen. Dem setzt dieses Seminar bewusst die Beschäftigung mit den ästhetischen und kulturellen Grundlagen des Islams entgegen.
Neben einer kurzen Einführung in die arabische Sprache und einem Grundkurs in islamisch-religiöser Kultur soll das Hauptaugenmerk der islamischen Kunst und Architektur sowie der arabisch-persischen Poesie und Literatur gelten. Der Schwerpunkt der Betrachtung liegt dabei auf dem Vorderen Orient und Spanien.

Dr. Paul Sander, Religions-/ Islamwissenschaftler
Samstag, 24. November
und Sonntag, 25. November,
jeweils 10.00–13.00 und 14.00–18.00 Uhr, (mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
18 Unterrichtsstunden, 49,00 ¤ + 5,00 ¤ Materialkosten = 54,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

15 03

Europa und der Orient: Die Kreuzzüge

Wochenendseminar in Zusammenarbeit mit der Universität Hannover

Das 12. und 13. Jahrhundert ist u.a. geprägt von der Auseinandersetzung Europas mit dem Orient, den Kreuzzügen, einem der bedeutsamsten Kapitel des Mittelalters, dessen Folgen letztlich bis in die Gegenwart hinein spürbar sind.
Im einführenden Teil des Seminars wird es um die historischen Zusammenhänge gehen; einerseits die theologischen Grundlagen: aus europäischer Perspektive betrachtet, die heiligen Stätten – zumal Jerusalem – aus den Händen der „Ungläubigen“ zu befreien; andererseits sind es handfeste politische Interessen fränkischer Feudalherren, die auf außereuropäischem Terrain ausgefochten wurden. Den Kreuzfahrern selber, die in einer seltsamen Mischung aus naiv-gläubiger Frömmigkeit und Beute- und Abenteuerlust ins Heilige Land zogen, wurden sagenhafte Reichtümer und „Gotteslohn“ versprochen.
Die eindrücklichsten Zeugnisse dieser Zeit sind Stadtbefestigungen und Kreuzritterburgen, die den Raum des östlichen Mittelmeeres und der anliegenden Regionen bis nach Syrien wesentlich prägen. Ihre Betrachtung stellt den zentralen Teil des Seminars dar. Dabei werden die gut erhaltenen Stadtanlagen von Malta, Korfu, Mistra, Rhodos mit ihren Befestigungen, die z.T. nur mit pyramidalen Maßstäben gemessen werden können, detailliert vorgeführt und weiterhin die Festungsbauten von Baalbek, Aleppo, Sidon, Akkon, Kerak und schließlich den Krak des Chevaliers.
Abgerundet wird das Seminar mit einem Blick auf die langwierigen und verlustreichen Abwehrkämpfe und schließlich auf das Ende des Frankenreiches in Palästina, dessen Konsequenz u.a. die Gründung des Deutschen Ritterordens gewesen ist.

Dr. phil. Albrecht Endruweit
Samstag, 1. Dezember, 9.00–18.00 Uhr (mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
10 Unterrichtsstunden, 27,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

15 04

Löffel, Messer, Gabel

Geschichte der Tischkultur und Tafelsitten im späten Mittelalter und in der Renaissance
Wochenendseminar

Erst im 16. Jahrhundert trat die Gabel ihren Siegeszug auf den Tischen der Europäer an. Michael de Montaigne benutzte wohl keine Gabel, denn er sagte, er esse so hastig, dass er sich bisweilen vor Eile in die Finger beiße.
Indem wir Beispiele aus Kunst, Geschichtsquellen und Literatur des 15. und 16. Jahrhunderts näher betrachten, stellen wir fest: Das Speisen zu Tisch dient weit mehr als der Nahrungsaufnahme, es ist ein kulturelles Phänomen. Beim Decken des Tisches, im Umgang mit den Tischgenossen und in der Esskultur spiegelten sich gesellschaftliche Normen. Das gilt sowohl für Alltagsessen als auch für das Festessen am Hof und für das Fasten. Die Regeln der Etikette machten soziale Unterschiede sichtbar, spürbar.

Dr. Catherine Atkinson
Samstag, 10. November, 10.00–17.00 Uhr (mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
6 Zeitstunden, 18,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

15 05

Kaisergeschichte – Frauengeschichten

Gandersheim und Brunshausen

Der südniedersächsische Kurort Bad Gandersheim blickt auf eine mehr als 1150-jährige Geschichte zurück. Im Jahr 852 wurde an einem Übergang der Gande das Frauenstift Gandersheim gegründet. Zusammen mit dem nahe gelegenen Kloster Brunshausen war es ein kultureller und politischer Mittelpunkt des sächsischen Herrschaftsgebiets und jahrzehntelang einer der wichtigsten Stützpunkte der ottonischen Kaiserfamilie.
Dieser Vortrag präsentiert die wechselvolle Geschichte der beiden Institutionen wie auch die Lebensläufe „starker Frauen“ aus dem Stift (die frühmittelalterliche Dichterin Roswitha von Gandersheim, die deutsche Kaiserin Theophanu und die Äbtissin Elisabeth Ernestine Antonie). Ein erster Einblick wird auch in das neue Gandersheimer Ausstellungsprojekt „Portal zur Geschichte“ vermittelt, das wir in der Tagesexkursion am 20. Oktober besuchen (siehe auch Kurs-Nr. 05 03).

Dr. Catharine Atkinson
Mittwoch, 17. Oktober, 19.00–21.15 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 7,00 ¤.
Wir bitten um Anmeldung auch bei Einzelveranstaltungen.

15 06

Michelangelo als Bildhauer

Einzelvortrag

Dieser Vortrag gilt einem allgemeinen Überblick über das zentrale Schaffen des Universalkünstlers Michelangelo, der die Arbeit in Stein als seine Hauptausdrucksform betrachtete.

Kerstin Nürnberg-Brandes, Kunsthistorikerin
Mittwoch, 14. November, 18.30–20.45 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 7,00 ¤.
Wir bitten um Anmeldung auch bei Einzelveranstaltungen.

15 07

Auguste Rodin und Camille Claudel

Leidenschaft in Stein gehauen
Einzelvortrag

ER war der Erneuerer der Bildhauerei, der sich gegen die Akademie wandte, das rastlose und egozentrische Genie.

SIE war seine Schülerin und Muse, seine Assistentin und Kritikerin.
BEIDE waren kompromisslos in ihrer Kunst und hilflos in ihrer Leidenschaft. Eine Beziehung wie eine Achterbahn – gegen die gesellschaftlichen Konventionen des 19. Jahrhunderts.
ER zog aus dieser Liebschaft Gewinn – SIE zerbrach daran.
BEIDE verarbeiteten ihre Gefühle in ihren Kunstwerken – der Vortrag zeichnet diese Beziehung anhand der Skulpturen nach.

Kerstin Nürnberg-Brandes, Kunsthistorikerin
Mittwoch, 17. Oktober, 18.30–20.45 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 7,00 ¤.
Wir bitten um Anmeldung auch bei Einzelveranstaltungen.

15 08

Der Malerpoet aus dem Schtetl: Marc Chagall

„Die Farbe ist das größte Mittel der Poesie“
Wochenendseminar in Zusammenarbeit mit der Universität Hannover

Marc Chagall, russisch-französischer Maler jüdischer Abstammung, wurde vom Fauvismus (Das Atelier) und Orphismus (Die Hochzeit) beeinflusst, bevor sich sein ganz eigener künstlerischer Stil herauskristallisierte. Charakteristisch ist seine stark glühende Farbigkeit (Der Trinker) sowie eine oftmals phantastisch anmutende Wirklichkeit, in welcher Menschen und Häuser auf dem Kopf stehen, Tiere und Figuren durch den Raum zu schweben scheinen (Russland, den Eseln und den anderen).
Chagalls Oeuvre lebt von russisch-bäuerlichen Mythen, jiddischen Legenden und chassidischer Religiosität. Die Verarbeitung der Kriegs- und Holocausterfahrungen führt schließlich zu den einzigartig farbintensiven Gemälden des „Musée Message Biblique Marc Chagall“ in Nizza, in deren tiefer Religiosität Chagall seine hoffnungsvolle Friedensbotschaft als Beitrag zur Verständigung der Völker und Religionen zum Ausdruck bringt.

Dr. des. Cornelia Knust, Kunsthistorikerin
Samstag, 24. November,
11.00–13.30 und 14.15–17.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
7 Unterrichtsstunden, 19,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Literatur / Musik / Theater

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24

16 01

Schreibwerkstatt

„Schreiben ist leicht. Man muss nur die falschen Wörter weglassen“ (Mark Twain). Darin übt sich die Schreibwerkstatt seit 1988. Wir treffen uns vierzehntäglich zum Besprechen unserer Texte (Lyrik und Prosa) und stellen sie der Gruppe zur kritischen Betrachtung vor, um das geschriebene „Wort an Wort“ noch zu verbessern. Das Resultat kann sich sehen lassen: Mehrere Preise in verschiedenen Schreibwettbewerben, Veröffentlichungen in zahlreichen Anthologien sowie die Herausgabe von drei Heften „Schreibstärke 12“, einem Winter-, Weihnachtsbuch und einem Sommerbuch sowie der neuesten Veröffentlichung „Vernetzte Gefühle“, außerdem öffentliche Lesungen in und um Celle und illustrierte Text-Ausstellungen.
Möchten Sie auch Ihre Werke einbringen, Ihre Texte lektorieren lernen, mit uns üben und arbeiten? Dann sind Sie herzlich willkommen!

Ansprechpartnerin: Doris Habekost-Gehrke, Tel. 05141 / 4 53 58.
Erstes Treffen:
Donnerstag, 20. September, 19.30–21.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20, weitere Treffen jeweils in geraden Wochen am Donnerstag. Teilnahmegebühr: 12,00 ¤.

16 02

Prosaschmiede

Was sorgt dafür, dass einem bei der Gruselgeschichte Schauer über den Rücken laufen, dass man am Ende einer Liebesgeschichte vor Glück heult, dass einen die Abenteuergeschichte atemlos macht? Ist es die Handlung selbst? Oder ist eher die Kunstfertigkeit des Erzählers dafür verantwortlich? Wie macht er das? Und kann man das lernen?
Kurz gesagt, man kann. Das Schreiben kommt ganz und gar nicht, wie oft angenommen, aus dem Elfenbeinturm, sondern es ist in erster Linie solides Handwerk.
In der Prosaschmiede erproben wir Techniken, die Sie für Ihre Geschichte, Ihr Tagebuch oder Ihren Reisebericht nutzen können. Und das beste Kompliment für Sie ist es doch, wenn die Leser Ihren Text nicht vor dem Ende aus der Hand legen möchten.
Wenn Sie Lust am Schreiben haben, sind Sie herzlich willkommen. Und vielleicht schlummern ja auch bereits fertige Texte in Ihrer Schublade, denen Sie ein wenig mehr Spannung verleihen möchten. Wir helfen Ihnen dabei.
Wenn Sie mehr wissen möchten:
www.prosaschmiede.de

Cathrin Block, Autorin und Pädagogin
donnerstags, 20.00–22.00 Uhr,
Beginn: 27. September (14-täglich),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
10 Abende, 54,00 ¤.

16 03

Literaturkreis

Katharina Hacker, Die Habenichtse

Für ihren Roman „Die Habenichtse“ erhielt Katharina Hacker den Deutschen Buchpreis 2006. Das Feuilleton der meisten großen deutschsprachigen Zeitungen erging sich mehr oder weniger in Lobeshymnen über das Buch der vierzigjährigen Autorin: vom „Wunderbaren“ und dem „Zauber“ dieses Textes ist die Rede (Neue Zürcher Zeitung); Hacker zeige sich als „begabteste Autorin ihrer Generation“ (FAZ); eine „großer Entwurf“ sei gelungen (DIE ZEIT).
Es gibt jedoch auch kritische Töne. Schaut man einmal im Internet nach und liest die vielen, teils durchaus professionellen Rezensionen, findet man die ganze Bandbreite von teils sprachlich, teils inhaltlich begründeten Vorbehalten, die bis zu totaler Ablehnung gehen.
In sechs Doppelstunden wollen wir eine eigene Beurteilung des Buches erarbeiten und diese mit dem Pro und Kontra der veröffentlichten Meinungen vergleichen.

Bitte mitbringen: Katharina Hacker, Die Habenichtse, Frankfurt 2006

Maria Colshorn, Realschullehrerin
dienstags, 10.30–12.00 Uhr,
Beginn: 6. November,
Haus der Altenbegegnung, Kirchstraße 49 a,
6 Vormittage, 26,00 ¤.

Weitere Literaturkurse

siehe Programm der Außenstelle Hermannsburg

16 04

Finnische Impressionen

Klavier und Lesung im Wechsel

In Zusammenarbeit mit der Deutsch-Finnischen Gesellschaft Celle

Wie reizvoll Finnland auch jenseits von Wald- und Seenlandschaft sein kann, zeigen ausgewählte Klavierstücke im Wechsel mit Texten namhafter Dichter. Ton und Sprache verschmelzen in ihrer Wirkung, erweitern unsere Nordland-Vorstellungen. Besondere Aufmerksamkeit wird einigen Stücken von Jean Sibelius gewidmet, dessen Todestag sich in diesem Jahr zum 50. Male jährt.
Martin Meyer studierte an der Hochschule für Musik in Bremen bei Prof. Kurt Seibert. Er arbeitet seither als Klavierpädagoge und als Pianist. Neben der Kammermusik gilt seine Vorliebe der Begleitung von Sängern und Chören.
Ingrid Dicke studierte Oper- und Liedgesang in Frankfurt/Main und in Bremen. Sie widmet sich jedoch seit einigen Jahren der Rezitation von Lyrik und Prosa, die sie insbesondere mit Klaviermusik zusammenfügt.
Mittwoch, 14. November, 19.00 Uhr,
Beckmannsaal, Magnusstraße,
Eintritt: 9,00 ¤. Für Mitglieder der Deutsch-Finnischen Gesellschaft kostenfrei bei namentlicher Meldung in der Geschäftsstelle der VHS.

16 05

Didgeridoo – der klingende Stock Australiens

Ein Bau-, Spiel- und Entspannungsseminar
Wochenendseminar

Erlernt wird die Herstellung und das Spiel auf diesem wahrscheinlich ältesten Blasinstrument der Welt. Von den Aborigines, den Ureinwohnern Australiens, zur Begleitung von Tanz und Gesang und bei Heilungsritualien verwandt, wird es heute als Musikinstrument in der Therapie und in Musikgruppen und Orchestern auf der ganzen Welt eingesetzt.
Die heilende Wirkung des Didgeridoospiels beruht darauf, dass durch die besondere Klangcharakteristik und die Zirkuläratmung, die es ermöglicht, den Ton beliebig lange ohne Unterbrechung zu halten, der Zugang zu einer gesteigerten Wahrnehmung erleichtert und ein Zustand tiefer Entspannung erreicht wird.

Bitte bringen Sie eine Decke und einen Imbiss für den Tag mit.

Ulrich Soppa
Sonntag, 25. November, 9.30–19.30 Uhr (mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
9 Zeitstunden, 30,00 ¤ (+ Materialkosten für Didgeridoo, Farben, Versiegelung,

schriftliches Begleitmaterial, je nach Ausführung ab 65,00 ¤).
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

16 06

Gekonnt vorlesen

Wochenendseminar

Das Vorlesen gewinnt wieder an Bedeutung. In diesem Kurzkurs lernen wir, Prosatexte (keine Lyrik!) Sinn erfassend und gestalterisch zu lesen. Hinweise auf die richtige Atmung und Sprechtechnik unterstützen das Vorlesetraining.

Rosemarie Schilling, Schauspielerin
Samstag, 13. Oktober,
14.00–16.15 und 16.30–18.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
5 Unterrichtsstunden, 12,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

16 07

Atem – Stimme – Improvisation

Wochenendseminar

Dieses Wochenendseminar bietet die Möglichkeit, den Umgang mit der eigenen Sprech-Stimme bewusst zu machen.
Herausfinden der richtigen Sprechlage, unangestrengtes Sprechen, Geläufigkeit und individuelle Variationsmöglichkeiten der Stimme sowie Text- und Schauspielübungen werden unsere Themen sein.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke und Schreibzeug.

Rosemarie Schilling, Schauspielerin
Samstag, 17. November, 14.00–17.00 Uhr,
Sonntag, 18. November, 10.00–16.00 Uhr (mit Pausen),
Saal der VHS, Trift 20,
8 Zeitstunden, 27,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

16 08

Darstellendes Spiel

Theatergruppe VHS

In diesem Kurs werden interessierte Laien an grundlegende Situationen des darstellenden Spiels (Umsetzung der Sprache in Sprechen, Ausdruck durch Bewegung u.a.) herangeführt. Einzige Teilnahmevoraussetzung ist die Bereitschaft zu aktiver und regelmäßiger Mitarbeit.
Neue Interessenten für alle Bereiche des Amateurtheaters (Bühnenbild, Technik usw.) sind herzlich willkommen. Außerdem werden neue Mitglieder in die laufende Aktion der historischen Stadtführung integriert.

Vorherige Absprache mit dem Programmbereichsleiter (Tel. 0 51 41/92 98 24) ist Vorbedingung.

Karlheinz Rehling
dienstags, 19.30–21.45 Uhr,
1. Treffen für Neumitglieder: 25. September, Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße, 12,00 ¤.

1. Celler Stadtführung in Szenen

Projekt der Theatergruppe VHS Celle

Eine Stadtführung einmal anders!
In Häusernischen, vor Portalen, auf Treppen und in Parks der Residenzstadt begegnen Sie Persönlichkeiten und Ereignissen der Celler Geschichte.
Von Straßenecke zu Straßenecke eilen Sie durch die Jahrhunderte – vorwärts und rückwärts. Königin Caroline Mathilde von Dänemark empfängt Sie, die „Prinzessin von Ahlden“ erwartet Sie am Schloss, Albrecht Thaer eilt vorbei und Sie treffen auf den Architekten Otto Haesler. Und selbst Till Eulenspiegel „beehrt“ die Celler Lande.

Neben den Terminen für geschlossene Gruppen auf Anfrage (Tel. 0 51 41 / 92 98-24) bietet die Theatergruppe Termine für Einzelteilnehmer an:

Samstag, 22. September, 15.00 Uhr,

Treffpunkt: Brücke am Schlossplatz.
Kosten: 9,00 ¤ pro Person. Karten sind in der Geschäftsstelle der VHS erhältlich.

Aufführungen der Theatergruppe VHS Celle

Norman Robbins, Schau nicht unters Rosenbeet!

Einsamer englischer Landsitz im Nebel, Testamentseröffnung im Kreise der lieben Familie mit einigen Fremden – so startet der „Comedy Thriller“, der sich zum fröhlichen Meucheln unter den skurrilen Mitgliedern der Familie Henk auf der Suche nach 7 Millionen Pfund entwickelt. Und eine Warnung gilt für jeden: Schau nicht unters Rosenbeet!

Nach dem großen Erfolg der ersten Aufführungsserie im Februar werden weitere Termine geplant, die über Presse und Plakat bekannt gegeben werden.

Foto / Video

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24

Für die folgenden Kurse ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

18 01

Fotografieren

konventionell „analog“ – digital

Wo liegen Unterschiede, wo sind Gemeinsamkeiten, wo liegen die Grenzen und Möglichkeiten für den Anwender beider Fotografiesysteme? Pixel, Bildqualität, Auflösung? Diese und viele weitere Fragen sollen in diesem Kurs geklärt werden, der sich an Teilnehmer wendet, die sich eine Digitalkamera zulegen wollen oder gerade gekauft haben.

Kursinhalte:
- Pixel
- Bildauflösung
- Lichtempfindlichkeit: Film – Sensor; ISO-Norm
- Bildrauschen
- Weißabgleich
- Auslöseverzögerung
- Antiwackeleinrichtungen
- Objektive: optisches Zoom – digitales Zoom
- Suchersysteme
- Speicherkarten
- Speicherformate: JPEG, RAW, TIFF

Wolfgang Richter
Montag, 8. Oktober, 18.30–21.40 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
1 Abend, 10,00 ¤.

18 02

Praktisches Fotografieren mit der Digitalkamera

In diesem Kurs soll die praktische Arbeit mit der Digitalkamera trainiert werden nach dem Motto „Weg vom Knipsen“. Die Gestaltung eines Fotos – speziell mit der digitalen Kamera – steht im Vordergrund auch im Hinblick auf spätere eventuelle Bearbeitungen mit dem PC.

Kursinhalte:
- Goldener Schnitt
- Diagonale
- Vorder-/Hintergrund-Beziehung
- Tiefenschärfe
- Seitenlicht, Gegenlicht
- Aufhellen mit dem Blitz
- Anwendung verschiedener Motivprogramme
- Optisches und digitales Zoom

Wolfgang Richter
Theorie:
Mittwoch, 10. Oktober, 18.30–20.30 Uhr,

Praxis:
Samstag, 13. Oktober, 10.00–12.00 Uhr
(Treffpunkt Schlossplatz),
Auswertung:
Mittwoch, 17. Oktober, 18.30–20.30 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
6 Zeitstunden, 20,00 ¤.

18 03

Digitale Bildverarbeitung

Sie haben sich einen digitalen Fotoapparat gekauft, doch wenn der „Film" voll ist, tun sich die nächsten Fragen auf: Wohin mit den Bildern? Und wie finde ich sie wieder? In diesem Kurs soll besprochen werden, wie Bilder dauerhaft gespeichert und präsentiert werden.

Kursinhalte:
- Verbindung der Digitalkamera mit dem PC über USB
- Speichermedien in der Kamera und Übertragung auf den PC
- Organisation der Bilder auf dem PC
- Bildformat für Abzüge auf Papier bzw. für Präsentationen auf dem PC-Monitor oder Fernseher
- Bildausschnitte
- Dateiformate (RAW, JPG, TIF)
- Ton- und Videosequenzen
- Brennen der Bilder auf CD/DVD
- Bestellen von Papierabzügen über Internet, CD-Versand oder Ladenterminal

Grundlegende Kenntnisse in Windows werden vorausgesetzt.

Dr. Detlef Häusler
mittwochs, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 24. Oktober,
(kein Unterricht am 14. November),
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
4 Abende, 52,00 ¤.

18 04

Bildgestaltung am PC

mit Bearbeitungsprogramm
1. Teil

Kursinhalte:
- Helligkeit und Kontrast
- Tonwertkorrektur
- Farbsättigung
- Rote Augen entfernen
- Ausschnitte
- Bild gerade stellen
- Stürzende Linien entfernen
- Scharfzeichnen
- Weichzeichnen
- Kopierstempel
- Speichern der Bilder auf CD
- Panorama-Aufnahmen

Bitte bringen Sie leere CDs und Schreibmaterial mit.

Wolfgang Richter
mittwochs, 18.30–21.40 Uhr,
Beginn: 5. Dezember,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
2 Abende, 26,00 ¤.

18 05

Bildgestaltung am PC

2. Teil

Kursinhalte:
- Freistellen von Objekten
- Transparenter Hintergrund
- Einfügen in andere Bilder
- Einfügen von Text
- Grußkarten erstellen
- Speichern der Bilder auf CD

Wolfgang Richter
mittwochs, 18.30–21.40 Uhr,
Beginn: 9. Januar 2008,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
2 Abende, 26,00 ¤.

18 06

Diashow am PC

Wochenendseminar

Es werden viele Möglichkeiten angeboten, Fotos oder andere Bilder für die Darstellung am PC oder am heimischen DVD/TV aufzubereiten. Einfache Varianten bieten bereits die gängigen Brennprogramme.
Zur Erstellung einer anspruchsvollen Foto-CD ist ein weiteres Programm erforderlich, mit dessen Hilfe die einfache Art der Bildanzeige sowohl für den PC als auch für den DVD-Player am TV aufbereitet wird.
Eine Vielzahl von Effekten zum Überblenden/Übergang der Fotos werden auf einfache Weise durch die Software zur Verfügung gestellt. In diesem Kurs wird dargestellt, welche Möglichkeiten die verschiedenen Programme bieten.
In praktischen Übungen mit einem dieser Programme werden die Grundlagen zur Erstellung von Video-CD oder PC-Diashow vermittelt.

Themenschwerpunkte:
- Importieren von Bildern / Fotos
- Einblenden von Texten
- Überblendeffekte
- Hintergrundmusik / eigene Sprache einbinden
- Export als PC-Diashow
- Export als Video-CD

Es wird eine sichere Bedienung von Windowsprogrammen vorausgesetzt.

Matthias Claußen
Freitag, 30. November, 18.30–21.40 Uhr,
Samstag, 1. Dezember, 9.00–12.15 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
6 Zeitstunden, 26,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

18 07

Kleine Dinge – groß gesehen

digitale Nah- und Makrofotografie

Mit der Nah- und Makrofotografie werden Dinge entdeckt, die mit bloßem Auge oft übersehen werden. Dieses macht den Reiz dieser Motive aus und sorgt immer für neue Überraschungen. Auch mit digitalen Kompaktkameras kann der Fotograf sich den Motiven bis auf wenige Zentimeter nähern. Nicht zu übertreffen ist der Einsatz einer digitalen Spiegelreflexkamera.

1. Termin:
Mittwoch, 21. November, 18.30–20.30 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20

Technische Besonderheiten im Nahbereich:
- Sucherparallaxe
- Blitz: Leitzahl
- Manuelle Einstellung von Verschlusszeit und Blende
- Tiefenschärfe im Nahbereich
- Entfernungsmessung: Auswahl der Messfelder, Messwertspeicherung
- JPEG-Dateien
- RAW-Dateien
- Zubehör: Vorsatzlinsen, Makro-Objektive

2. Termin:
Samstag, 24. November
(2 Zeitstunden, Uhrzeit nach Absprache)
Praxis bei Wichmann Orchideen, Groß Hehlen

3. Termin:
Mittwoch, 28. November, 18.30–21.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,

- Auswertung der Bilder
- Einlesen von der Kamera in den PC
- JPEG-Dateien
- RAW-Dateien mit RAW-Konverter
- Bearbeitung
- Abspeichern im JPEG-, TIFF-, RAW- bzw. DNG-Format

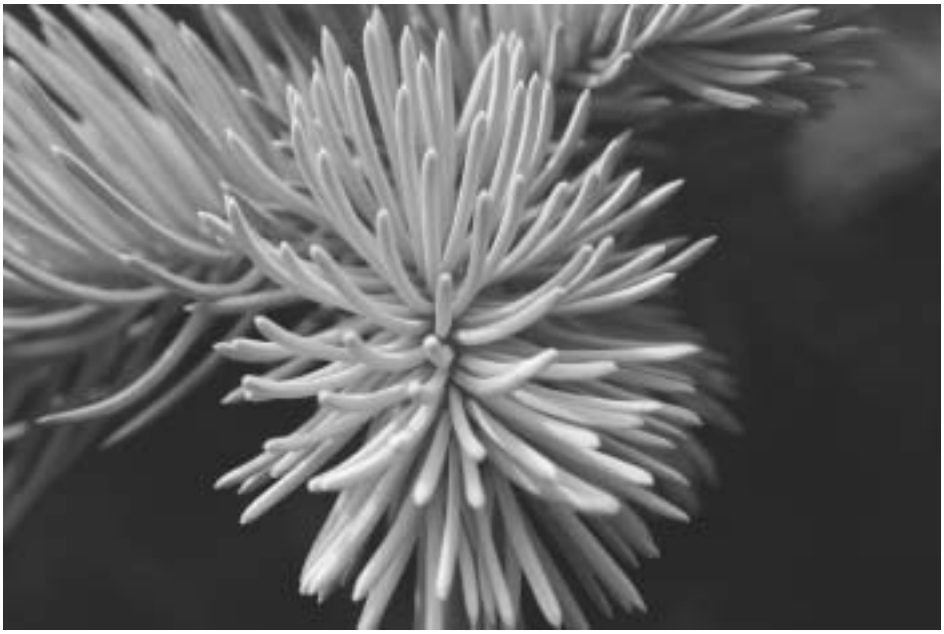
Wolfgang Richter
7 Zeitstunden, 23,00 ¤.

18 08

Videobearbeitung am PC

Wochenendseminar

Die digitale Videobearbeitung am PC macht es Ihnen möglich, Ihre gefilmten Familien- und Urlaubserinnerungen vielfältig und ansprechend aufzubereiten.
Folgende Themen stehen auf dem Programm:
- Überspielen des Rohmaterials von der Kamera auf den PC
- Bearbeiten des Rohmaterials
- Farb- und Helligkeitskorrekturen
- Anwenden von Effekten (Ein- und



Ausblenden, Überblenden, Trickblenden)
- Gestalterische Aspekte (Einstellungsgrößen, Bildaufbau, Szenenmontage)
- Vorspann, Titel, Abspann
- Erstellen der fertigen Filmdatei und Brennen einer DVD

Alle notwendigen Schritte lernen Sie an für die Videobearbeitung vorbereiteten PC-Arbeitsplätzen.
Sie benutzen Ihren eigenen Camcorder und selbst ausgewähltes Rohmaterial. Falls nicht vorhanden, haben Sie die Möglichkeit, im Schulungszentrum mit bereits vorhandenen Kameras und Videoaufnahmen zu arbeiten. Das fertig geschnittene Werk kann am Ende des Kurses entweder zurück auf ein Videoband gespielt oder auf DVD/CD gespeichert werden.

PC- und Windows-Kenntnisse sollten vorhanden sein.
Bitte Videokamera und –bänder mit eigenen Aufnahmen mitbringen.

Martin Tönnies, Mediengestalter Bild + Ton
Samstag, 29. und Sonntag, 30. September,
jeweils 9.00–16.00 Uhr
(mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20, Raum B,
12 Zeitstunden, 42,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Gitarre Bridge

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24

Für die folgenden Kurse ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

18 09

Gitarre für Anfänger

für Teilnehmer ohne Notenkenntnisse

Der Kurs ist folgendermaßen aufgebaut:
- Kennen lernen des Instrumentes und das Stimmen der Gitarre
- Vorübungen für die linke und rechte Hand
- Grundrepertoire von Begleitakkorden
- verschiedene Anschlagtechniken für die rechte Hand
- einfache Liedbegleitung.

Zum ersten Abend bitte Schreibzeug und Konzertgitarre mitbringen.

Ulrich Wißmann, Gitarrist
montags, 18.45–20.15 Uhr,
Beginn: 17. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
12 Abende, 56,00 ¤.

18 10

Gitarre II

Nach einer Wiederholung der bisher erworbenen Kenntnisse und Fertigkeiten werden diese mit Schwerpunkt Liedbegleitung und Melodiespiel vertieft. Es werden einfache Anschlagtechniken und neue Griffe erarbeitet.

Zum ersten Abend bitte Schreibzeug und Konzertgitarre mitbringen.

Ulrich Wißmann, Gitarrist
montags, 20.15–21.40 Uhr,
Beginn: 17. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
12 Abende, 53,00 ¤.

Bridge

Es wird nach dem offiziellen Unterrichtssystem des Deutschen Bridge-Verbandes FORUM D unterrichtet.

18 11

Bridge zum Kennen lernen

Einführungsnachmittag

Bridge ist neben dem Brettspiel Schach der zweite Geistessport, der Spielintelligenz, Konzentration, Kombinationsgabe und Entscheidungsfähigkeit erfordert. Bridge wird weltweit nach den gleichen Regeln gespielt und findet immer mehr Anhänger. Dieser Einführungsnachmittag erleichtert Ihnen den Einstieg und Sie erlernen „spielend“ die ersten Schritte. Vielleicht beginnen Sie dann mit einem weiterführenden Anfängerkurs.

Ingrid Behr
Montag, 15. Oktober, 14.00–17.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
1 Nachmittag, 10,00 ¤.

18 12

Bridge-Nachmittag

Anfängerkurs

Schritt für Schritt werden Sie unter kompetenter Anleitung in das Regelwerk dieses faszinierenden Spiels eingeführt, so dass Sie am Ende des Kurses die Grundlagen kennen.

Ingrid Behr
Montag, 5. November, 15.00–17.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
7 Nachmittage, 46,00 ¤ + 5,00 ¤ Materialkosten = 51,00 ¤.

Kreatives Gestalten

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98 24

Für die folgenden Kurse ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Eine schriftliche Anmeldung ist für alle Kurse im Bereich Kreatives Gestalten erforderlich. Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt und schriftlich bestätigt.

20 01

Ausdrucksmalen

Wochenendkurs

Das Atelier für Ausdrucksmalen ist ein Ort mit kreativer Atmosphäre. Hier geschieht das Malen auf besondere Weise: an der Malwand, auf großformatigem Papier mit leuchtenden und deckenden Farben (Gouache).
Vorkenntnisse oder Maltalent sind nicht notwendig. Neugier und Lust, mit Farben zu experimentieren und neue Erfahrungen zu machen, sind willkommen. Dabei steigen wie von selbst Bilder, Erlebnisse und Gefühle in uns auf und suchen spontanen Ausdruck in Farben und Formen. So kann sich die schöpferische Kraft entfalten und unsere Entdeckungsreise mit alten und neuen Themen beginnen. Gespräch und Austausch begleiten das Malen und regen an, neue Wege für den Alltag zu entdecken.

Bitte tragen Sie unempfindliche Kleidung.

Almut Timner, Kursleiterin für Ausdrucksmalen
Freitag, 23. November, 19.00–22.00 Uhr,
Samstag, 24. November,
10.00–13.00 und 15.00–18.00 Uhr,
Sonntag, 25. November, 10.00–14.00 Uhr,
Atelier der Dozentin, Im Teinert 13,
13 Zeitstunden, 43,00 ¤ (+ 15,00 ¤ Materialkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden).
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 02

Ölmalen

für Anfänger und Fortgeschrittene

Mit Hilfe von stimmungsvollen Dias versuchen wir, unseren individuellen Eindruck auf dem Papier bzw. der Leinwand festzuhalten. Nachdem wir durch Untertuschung die empfundenen Farbwerte gesetzt haben, beginnen wir mit der Primamalerei. Dies ist eine pastöse Ölmalerei, welche die persönliche Handschrift des Malers gut zur Geltung kommen lässt. Sie arbeitet von vornherein auf die Schlusswirkung des fertigen Bildes hin.
Anfänger werden behutsam in die Ölmalerei eingeführt, Fortgeschrittene sollen nun lernen, mehr Wert auf die Farbkomposition, die Lichtquellen, die Raumanordnungen sowie die inhaltliche Aussage im Bild zu legen. Die Lust am Experimentieren und die freie künstlerische Umsetzung eines Motivs werden durch Beispiele von Malerbildern unterstützt.
Weitere Kursziele sind die Förderung des individuellen Stils und die Anregung der Fantasie. Es kann nach eigenen Skizzen, aber auch nach Themenvorgabe gearbeitet werden.

In der ersten Stunde werden die Materialien besprochen.

Bitte mitbringen: DIN-A4-Skizzenblock, Bleistift (6 B), Schulmalkasten sowie vorhandene Ölmalmaterialien.

Kristina Bork-Frieling
montags, 18.45–21.00 Uhr,
Beginn: 8. Oktober,
Kreativraum der VHS, Trift 20,
8 Abende, 56,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 03

Einführung in die Aquarellmalerei

Wochenendkurs für Anfänger

Freude an der fließenden Farbe, lockeren Umgang mit dem Pinsel, aber auch solides maltechnisches Wissen will dieses Seminar in kompakter Form vermitteln.
Nach einer Aufwärmphase mit Farbexperimenten am Freitag folgen Materialbesprechung und Erarbeitung des Farbkreises mit drei Grundfarben. Am Samstag stehen die Aquarell-Grundtechniken mit Übungen an einfachen Motiven im Vordergrund. Am Sonntag bilden der kompositorische Aufbau eines Bildmotivs und dessen schrittweise Farbgestaltung den Abschluss des Kurses.

Bitte mitbringen: Bleistift 2B, Malmaterial nur soweit vorhanden. Farben, Papier und Pinsel können bei der Dozentin erworben werden.

Monika Dittrich
Freitag, 9. November, 17.30–21.00 Uhr,
Samstag, 10. November, 9.00–18.00 Uhr,
Sonntag, 11. November, 9.00–13.30 Uhr
(mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
15 Zeitstunden, 50,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 04

Aquarellmalerei
am Vormittag für Fortgeschrittene

Die Schönheit der fließenden Farben und die Freude an der eigenständigen, individuellen Bildgestaltung stehen im Mittelpunkt dieses Kurses mit semesterweise wechselnden Themen. Die Arbeit am Motiv wird ergänzt durch zeichnerisch-kompositorische Studien, Technikübungen – auch in Mischtechniken – sowie gestalterische Varianten und Experimente.

Vorhandenes Aquarell- und Skizzenmaterial bitte mitbringen; genaue Materialinformation erhalten Sie bei Kursbeginn.

Monika Dittrich
dienstags, 9.00–11.15 Uhr,
Beginn: 18. September,
Kreativraum der VHS, Trift 20,
10 Vormittage, 70,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 05

Aquarellmalerei
für Fortgeschrittene

Kursinhalte siehe oben.

Monika Dittrich
dienstags, 18.45–21.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Kreativraum der VHS, Trift 20,
10 Abende, 70,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 06

Freies Zeichnen
für Anfänger

Zeichnen lernen bedeutet sehen lernen und in diesem Kurs werden wir beides tun. Durch verschiedene Übungen wird eine ganze Palette von Ideen und Techniken ausprobiert. Es geht nicht darum, gute Bilder zu machen, sondern darum, ein Verständnis für Form, Licht, Struktur, Linien zu entwickeln und Mut zu fassen.

Bitte mitbringen: Skizzenblock möglichst groß, weiche Bleistifte oder Zeichenkohle.

Michael Foley
mittwochs, 19.00–21.15 Uhr,
Beginn: 19. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
8 Abende, 56,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 07

Zeichnen
für Fortgeschrittene

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmer, die entweder schon einen Anfängerkurs besucht oder etwas natürliches Talent haben und sich bereit fühlen, interessante Zeichnungen anzufertigen. Es wird viel praktische Hilfe und konstruktive Kritik gegeben, aber auch viel Freiheit, seinen eigenen Stil zu entdecken: groß und locker oder klein und detailliert.

Bitte mitbringen: Skizzenblock (möglichst groß), weiche Bleistifte oder Zeichenkohle.

Michael Foley
donnerstags, 19.00–21.15 Uhr,
Beginn: 20. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
8 Abende, 56,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 08

Akt- und Portraitzeichnen
für Anfänger

Das faszinierendste wie auch anspruchsvollste Objekt für einen Zeichner ist der menschliche Körper, sowohl der Akt wie auch das Portrait. Von der einfachsten Darstellungsweise ausgehend lernen wir, richtig zu sehen, Linienführung und Proportionen zu erfassen und Details auszuarbeiten.

Bitte mitbringen: Bleistifte HB und weicher, Radiergummi.

Norbert Hentschel
mittwochs, 18.45–21.45 Uhr,
Beginn: 19. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
6 Abende, 56,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 09

Akt- und Portraitzeichnen
für Fortgeschrittene

Schwerpunkte dieses Kurses sind das Herausarbeiten des Besonderen und Unverwechselbaren der gezeichneten Person, des Plastischen und der Details.
Dieser Kurs ist auch geeignet für Teilnehmer, die schon früher Akt- oder Portraitkurse belegt hatten.

Bitte mitbringen: Bleistifte HB und weicher, Radiergummi.

Norbert Hentschel
mittwochs, 18.45–21.45 Uhr,
Beginn: 21. November,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
6 Abende, 56,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 10

Blumen zeichnen und colorieren

Thema dieses Kurses ist das Zeichnen von Blumen und Blättern in verschiedenen Variationen und Ansichten. Dabei wird gelernt, Formen zu erfassen, zu vereinfachen und nach eigener Auffassung darzustellen. Im weiteren Verlauf des Kurses können die Zeichnungen coloriert werden, wobei verschiedene Techniken, auch Mischtechniken, angewendet werden können.

Bitte mitbringen: Fotovorlagen; wer möchte, kann auch Blumen und Blätter mitbringen; sowie Bleistift, Radiergummi und Papier.
Falls vorhanden: Farbstifte, Aquarellstifte, Wassergefäß, Aquarellfarbe, Gouachefarben, Pinsel, Ölpastellkreide, Zeichenpapier sowie Aquarellkarton.
Benötigtes Material kann bei der Dozentin günstig erworben werden.

Dorothee Jacob
donnerstags, 18.45–21.00 Uhr,
Beginn: 27. September,
Kreativraum der VHS, Trift 20,
6 Abende, 45,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 11

Collagen im Stil von Matisse
Wochenendkurs

In diesem Kurs können Sie nach Ihren eigenen Ideen ohne Vorkenntnisse faszinierende Bilder in den unterschiedlichsten Formaten und Größen gestalten, inspiriert durch z.B. florale, figürliche, gegenständliche oder abstrakte Motive.
Mit ausgeschnittenen Form- und Musterelementen werden großformatige (auch mehrteilige) Bilder gestaltet: sehr farbenfroh, Ton in Ton oder auch 2-farbig. Die Möglichkeiten der Bildgestaltung sind ausgesprochen vielseitig.
Abschließend können die Bilder, sofern sie nicht gerahmt werden sollten, an einem Abend, der nach Absprache stattfindet, aufhängefertig gemacht werden. Die dadurch entstehenden zusätzlichen Kosten sind gering und werden individuell verrechnet.

Bitte mitbringen: Schere(n), Bleistift, Skizzenpapier, Zeitungspapier, Radiergummi sowie Ideen, gute Laune und etwas Verpflegung. Wer kleine filigrane Motive wünscht, braucht einen Cutter und eine Schneideunterlage.

Dorothee Jacob
Samstag, 6. Oktober,
10.00–13.00 und 14.00–19.00 Uhr,
Sonntag, 7. Oktober,
10.00–13.00 und 14.00–17.00 Uhr,
Kreativraum der VHS, Trift 20,
14 Zeitstunden, 46,00 ¤ + 5,00 ¤ Materialkosten = 51,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 12

Kalligrafie und Prägetechnik
Wochenendkurs

Wir gestalten kalligrafisch Worte, Monogramme, Initialen oder Ex Libris und stellen einfache Schablonen zum Prägen auf Papier her. So können z.B. ein plastisch gearbeitetes Monogramm einen Briefbogen verzieren oder handgeschriebene Texte durch Reliefs betont werden. Weitere Anwendungsmöglichkeiten sind geprägte Einladungs- oder Glückwunschkarten sowie kleine Faltobjekte zum Verschenken.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: kariertes Papier, Zeichen- oder Skizzenblock DIN A3, farbige Tinten oder Holzbeizen, Halter und Bandzugfeder 3 mm oder breiter (falls vorhanden), Cuttermesser. Federn, Halter und das benötigte Material zum Prägen können auch bei der Kursleiterin erworben werden (ca. 3,00 ¤).

Sabine Pfeiffer, Dipl. Grafik-Designerin
Samstag, 20. Oktober,
10.00–12.30 und 13.00–16.30 Uhr,
Sonntag, 21. Oktober,
10.00–12.30 und 13.00–15.30 Uhr,
Kreativraum der VHS, Trift 20,
11 Zeitstunden, 37,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 13

Werken mit Ton

für Anfänger und Fortgeschrittene

Vermittelt werden die klassischen Aufbautechniken, das Modellieren von Figuren und der Umgang mit Engoben und Glasuren.

Ingeborg Anders, Keramikerin
dienstags, 19.00–21.15 Uhr,
Beginn: 25. September,
Atelier der Dozentin, Ströherstr. 4,
8 Abende, 56,00 ¤ (Material- und Brennkosten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet).
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 15

Ein Schmuckstück selbst gestalten

Wochenendkurs

In diesem Kurs erhalten Sie Einblick in die grundlegenden Techniken der Schmuckgestaltung, wie Sägen, Feilen, Biegen und Schmieden.
Mit diesen Werktechniken gestalten Sie einen Kettenanhänger, Ring, Armreifen oder Ohrringe nach eigener Idee oder lassen sich von Vorlagen inspirieren.
Aus Silber, Gold, Messing oder Kupfer kombiniert mit Perlen, Glas, Keramik oder Fundstücken entsteht abgestimmt auf Typ und Garderobe ein edles Schmuckunikat.

Perlen und andere Materialien können mitgebracht oder im Kurs erworben werden.

Bitte mitbringen: unempfindliche Kleidung, Nahsichtbrille (falls sie benötigt wird), Papier, Bleistift.

Stefanie Franke-Fischer, Dipl.-Designerin (FH)
Samstag, 3. November
und Sonntag, 4. November,
jeweils 10.00–13.00 und 13.30–17.30 Uhr,
Kreativraum der VHS, Trift 20,
14 Zeitstunden, 46,00 ¤ + 7,00 ¤ Gerätepauschale = 53,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 14

Workshop Speckstein

Wochenendkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Steatit, auch Speckstein genannt, ist der älteste von Bildhauern verwendete Stein neben Alabaster. Durch Bearbeiten des weichen Steins können wir figürliche, abstrakte oder Gebrauchsformen entstehen lassen. Nach der Hochglanzpolitur kommt der reizvolle Farbenreichtum der Steine besonders schön zur Geltung.

Bitte mitbringen: altes Handtuch, soweit vorhanden, Feilen, Raspeln, Messer, evtl. Holzschnitzwerkzeuge, grobes und feines Wasserschleifpapier, kleine Schüssel, Borstenpinsel. Die Steine werden von der Dozentin besorgt.

Kristina Bork-Frieling
Samstag, 1. und 8. Dezember,
jeweils 10.00–13.00 und 14.00–17.00 Uhr,
Kreativraum der VHS, Trift 20,
12 Zeitstunden, 40,00 ¤ (+ Materialkosten von 4,00 ¤ – 15,00 ¤ je nach Materialaufwand, die mit der Dozentin abzurechnen sind).
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 16

Ein Schmuckstück selbst gestalten

Wochenendkurs

Kursinhalte siehe oben.

Stefanie Franke-Fischer, Dipl.-Designerin (FH)
Samstag, 26. Januar 2008
und Sonntag, 27. Januar 2008,
jeweils 10.00–13.00 und 13.30–17.30 Uhr,
Kreativraum der VHS, Trift 20,
14 Zeitstunden, 46,00 ¤ + 7,00 ¤ Gerätepauschale = 53,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 17

Gold- und Silberschmieden

Wochenendkurs

Die Faszination „Schmuck“, wer kann sich ihr entziehen?? Erlernen Sie unter fachgerechter Anleitung Grundkenntnisse im Umgang mit Edelmetallen und verschiedenen Techniken, an original Goldschmiedetischen. Danach setzen Sie Ihren eigenen Entwurf in Gold oder Silber um.
Am Ende des Seminars halten Sie einen Anhänger, Ring oder eine Brosche in den Händen – ein Unikat, individuell und einzigartig. Eigene Edelsteine können verwendet werden, Gold und Silber aus Reinheitsgründen nicht.
Um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten, ist es am besten, sich bis eine Woche vor Kursbeginn mit dem Dozenten (Tel. 0172 / 54 51 032) in Verbindung zu setzen.

Mitzubringen sind: gute Laune, etwas Kaffee, Tee, Wasser oder ähnliches, eine Kleinigkeit zum Essen und den Willen, für sich etwas Großartiges zu vollbringen.

Dieter A. Lankau, Goldschmiedemeister
Samstag, 13. Oktober,
9.00–13.00 und 14.00–19.00 Uhr,
Sonntag, 14. Oktober,
9.00–12.30 und 13.30–17.00 Uhr,
Werkstatt des Dozenten, Schuhstr. 19,
16 Zeitstunden, 50,00 ¤ + 9,00 ¤ Gerätepauschale = 59,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 18

Gold- und Silberschmieden

Wochenendkurs

Kursinhalte siehe oben.

Dieter A. Lankau, Goldschmiedemeister
Samstag, 10. November,
9.00–13.00 und 14.00–19.00 Uhr,
Sonntag, 11. November,
9.00–12.30 und 13.30–17.00 Uhr,
Werkstatt des Dozenten, Schuhstr. 19,
16 Zeitstunden, 50,00 ¤ + 9,00 ¤ Gerätepauschale = 59,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 19

Weihnachtliche Dekorationen

am Vormittag

Sie möchten die neuesten Techniken kennen lernen? Die Dozentin war für Sie auf der Messe und hat viel Neues mitgebracht. Ob festliche Tischdekoration, neue Fensterdekorationen – Ideen für die Wohnräume gibt es viele. Oder möchten Sie ein besonderes Geschenk selbst gestalten? Wir werden mit Stoffen und mit Bändern, Litzen, Borten oder auch Papier und Pappe arbeiten. Die Natur bietet uns ausgesprochen viele Schätze zum Verarbeiten, die nichts kosten. Dies ist der Kurs für kreative Menschen!

Cordula Rieckenberg, Floristin
donnerstags, 10.00–11.30 Uhr,
Beginn: 15. November,
Kreativraum der VHS, Trift 20,
4 Vormittage, 20,00 ¤ (+ Materialkosten je nach Verbrauch von 3,00 ¤ bis 20,00 ¤, die mit der Dozentin abgerechnet werden).
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

20 20

Faszination Papier – Offene Werkstatt

Wochenendkurs

Dieses Wochenende bietet Ihnen die Möglichkeit, unter Anleitung frei nach Ihren Wünschen und Vorstellungen mit Papier und Pappe zu arbeiten:

- Mappen, Schachteln, Fotoalben herstellen
- Bücher binden
- Bücher reparieren
- Papierfalten

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte bringen Sie mit: 1 alte Schürze oder einen Kittel, kleine Baumwoll- oder Leinenlappen, Schere, Schreibzeug, 2 Rundpinsel (Malerpinsel, Stärke 6 und 8), 1 Borstenpinsel, flach (Borstenbreite ca. 8 bis 10 mm), Plastikdose zum Mitnehmen eventueller Klebstoffreste, alte Zeitungen, wer hat: eine Schneideunterlage.

Info-Abend zur Materialbestellung und für Teilnehmer, die noch keinen Kurs beim Dozenten belegt haben:
Mittwoch, 14. November, 18.45–20.45 Uhr.

Günter Duden
Freitag, 16. November, 18.45–21.45 Uhr,
Samstag, 17. November,
9.00–13.00 und 13.30–17.30 Uhr,
Sonntag, 18. November,
9.00–13.00 und 13.30–16.30 Uhr,
Kreativraum der VHS, Trift 20,
18 Zeitstunden, 56,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Für Ihre telefonische Anmeldung wählen Sie bitte die Telefonnummer

(0 51 41) 92 98-0

20 21

Eisbär Knut

nicht nur fürs Kinderzimmer

Ein Eisbärkind in Berlin sorgte im Frühsommer für Aufsehen. Fertigen Sie sich einen naturgetreuen Bären in Knut-Format zum Liebhaben, Verschenken oder als niedliche Dekoration. Aus weißem Mohair-Fell mit schwarzen Knopfaugen aus erzgebirgischer Glasbläserei fertigen wir an 6 Abenden unseren ganz persönlichen Eisbären. Das ideale Weihnachtsgeschenk für alle Bärenliebhaber.

Petra Thar, Bärenkünstlerin
mittwochs, 19.30–21.00 Uhr,
Beginn: 14. November,
Kreativraum der VHS, Trift 20,
6 Abende, 30,00 ¤ (+ Materialkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden).
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Textiles Gestalten

Programmbereichsleitung:
Tessa Twele, Tel. 05141/92 98-21

Für die folgenden Angebote ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Schriftliche Anmeldungen sind erforderlich. Sie werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt und bestätigt.

21 01

Klöppeln

Wochenendkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Klöppelspitzen sind in Kunst, Mode und Volkstracht als etwas sehr Kostbares bekannt. Was auf den ersten Blick so schwierig aussieht, entpuppt sich bei näherem Hinsehen als gar nicht so schwer. Dies ist vor allen Dingen der heutigen Lernmethode zu verdanken, die sich dadurch auszeichnet, dass die Einarbeitung in die Klöppeltechnik mit Hilfe von farbigen Zeichnungen geschieht.

Das Wochenende bietet eine Einführung in die Grundkenntnisse; schon danach können Sie schöne Spitzen herstellen. Fortgeschrittene haben Gelegenheit, sich in weiterführende Techniken einzuarbeiten.

Zum ersten Nachmittag bitte mitbringen: feine Filzstifte, Klöppel, Garn, Schere, Stecknadeln, dünne Pappe.
Für Anfänger hält die Kursleiterin Material zum Verleih bereit.

Inge Theuerkauf
Freitag, 23. November, 15.00 Uhr, bis Samstag, 24. November, 19.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20 (Saal),
15 Zeitstunden (die genaue Zeiteinteilung erfolgt nach Absprache mit den Teilnehmern), 50,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Spaß am nähen für alle

siehe Programm der Außenstelle Hermannsburg, He 25

Socken stricken

siehe Programm der Außenstelle Winsen, W 16

Deutsch

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24

22 01

Neue deutsche Rechtschreibung

Wochenendseminar

Nun ist sie endgültig eingeführt und verbindlich. An einem Samstag können Sie sich fit machen in den wichtigsten Merkmalen der neuen Schreibregeln.

Sigrid Eckenigk, Lehrerin
Samstag, 24. November,
9.00–12.00 und 12.30–14.30 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
5 Zeitstunden, 15,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

22 02

Neue deutsche Rechtschreibung II

Wochenendseminar

Übungen zur Festigung der Regeln.

Sigrid Eckenigk, Lehrerin
Samstag, 1. Dezember,
9.00–12.00 und 12.30–14.30 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
5 Zeitstunden, 15,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

22 03

Lesen und Schreiben lernen

Für Teilnehmer, die nur über minimale Grundkenntnisse des Lesens und Schreibens verfügen und sie erweitern und verbessern möchten. Der Lernstoff wird individuell auf die Teilnehmer abgestimmt und anschaulich vermittelt.

Sonja Richtzenhain, Lehrerin
dienstags und donnerstags,
18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
25 Abende, 51,00 ¤.

22 04

Grundkurs Alphabetisierung

In Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe Celle e.V.

Stephan Sänger
donnerstags, 17.00–18.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Abende, 19,00 ¤.

22 05

Lesen und Schreiben lernen

In Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe Celle e.V.

Stephan Sänger
donnerstags, 18.10–19.10 Uhr,
Beginn: 20. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Abende, 19,00 ¤.

22 06

Lesen und Schreiben lernen

In Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe Celle e.V.

Stephan Sänger
donnerstags, 19.10–20.10 Uhr,
Beginn: 20. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Abende, 19,00 ¤.

22 07

Lesen und Schreiben lernen

In Zusammenarbeit mit dem Albert-Schweitzer-Familienwerk, Hermannsburg

1. Gruppe: 18.30–19.15 Uhr
2. Gruppe: 19.15–20.00 Uhr

Stephan Sänger
dienstags, Beginn: 18. September,
Albert-Schweitzer-Familienwerk, Sägenförth 30, Hermannsburg,
14 Abende, 22,00 ¤.

22 08

Lesen und Schreiben lernen

In Zusammenarbeit mit der Werk- und Lebensgemeinschaft Dalle

1. Gruppe: 18.30–19.15 Uhr
2. Gruppe: 19.15–20.00 Uhr
3. Gruppe: 20.00–20.45 Uhr

Stephan Sänger
mittwochs, Beginn: 19. September,
Werk- und Lebensgemeinschaft Dalle,
14 Abende, 22,00 ¤.

Für Ihre telefonische Anmeldung wählen Sie bitte die Telefonnummer

(0 51 41) 92 98-0

Integrationskurse

Programmbereichsleitung:
Dirk Bachmann, Tel. 05141/92 98-23

Deutsch als Zweitsprache

Tageslehrgänge

Die Volkshochschule Celle ist vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge in Nürnberg als Sprachkursträger für Integrationskurse zugelassen.
Zielgruppe der Integrationskurse sind neu eingereiste Spätaussiedler sowie Ausländer, die sich auf Dauer in der Bundesrepublik aufhalten werden. Das Zuwanderungsgesetz unterscheidet zwischen Teilnahmeverpflichtung und Teilnahmeberechtigung:
Teilnahmeverpflichtet sind Spätaussiedler und Ausländer, die keine oder nur geringe Deutschkenntnisse haben.
Teilnahmeberechtigt sind Personen, die über geringe sprachliche Vorkenntnisse verfügen. (Die Sprachkenntnisse werden mittels eines Einstufungstests festgestellt.)
Die Kurse sind auch offen für Personen, die weder teilnahmeverpflichtet noch teilnahmeberechtigt sind, sofern sie die Kursgebühren in Höhe von 2,05 ¤ pro Unterrichtsstunde selbst finanzieren.
Die VHS Celle führt die Integrationskurse als Basis- und Aufbausprachkurse mit insgesamt 600 Unterrichtsstunden sowie Orientierungskurse mit 30 Unterrichtsstunden zur Vermittlung von Kenntnissen der Rechtsordnung, der Kultur und Geschichte Deutschlands durch. Diese Kurse sind so aufgebaut, dass Teilnehmer entsprechend ihren Vorkenntnissen einen passenden Einstieg finden können. Die Vorkenntnisse werden durch einen Einstufungstest festgestellt.
Die Kurse finden montags bis freitags in der Zeit von 8.00–12.15 Uhr statt. Wöchentlich werden 25 Unterrichtsstunden erteilt. Die Integrationskurse dauern ca. 6 Monate. Sie beginnen, sobald sich genügend Teilnehmer angemeldet haben.
Anmeldungen zu den Kursen nimmt das Sekretariat der VHS persönlich oder telefonisch (Tel. 0 51 41 / 92 98-0)entgegen.

Deutsch als Fremdsprache

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24

Die Volkshochschule bietet Ausländern ein abgestuftes Kursprogramm zum Erlernen der deutschen Sprache. Die Kurse sind so ausgerichtet, dass sie entsprechend den Niveau-Stufen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprachen auf die Prüfungen B 1 (Europäisches Sprachenzertifikat Deutsch) und B 2 (Zentrale Mittelstufenprüfung des Goethe Instituts) vorbereiten. Informationen über diese Prüfungen erteilt der Programmbereichsleiter, Trift 20, Telefon (05141) 92 98-24.

Ein Beratungs- und Einstufungsabend für die Kurse Nr. 22 09 bis Nr. 22 13 findet statt am Donnerstag, 13. September, 18.30 Uhr, in der VHS, Trift 20.

Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Lehrbücher für die Kurse Nr. 22 09 bis 22 12:

Passwort Deutsch 1
Kursbuch (ISBN 978-3-12-675910-6)
Übungsbuch (ISBN 978-3-12-675911-4)
Passwort Deutsch 2
Kursbuch (ISBN 978-3-12-675920-3)
Übungsbuch (ISBN 978-3-12-675921-1)

22 09

Deutsch als Fremdsprache I

für Anfänger und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: Passwort 1, Kursbuch und Übungsbuch (Klett-Verlag)

N.N.
dienstags und donnerstags,
18.00–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
28 Abende, 132,00 ¤.

www.vhs-celle.de

Sie können sich auch über das Internet anmelden.
Unter jedem Kurs finden Sie ein entsprechendes Anmeldeformular.

22 10

Deutsch als Fremdsprache II

für Anfänger und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: Passwort 1, Kursbuch und Übungsbuch (Klett-Verlag), ab Lektion 5

Edith Hanschke
montags und mittwochs,
18.00–20.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
28 Abende, 132,00 ¤.

22 11

Deutsch als Fremdsprache III

Lehrbuch: Passwort 2, Kursbuch und Übungsbuch (Klett-Verlag), ab Lektion 1

Ulrike Bergmann-Fließbach, Lehrerin
montags und mittwochs,
18.00–20.00 Uhr,
Beginn: 24. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
28 Abende, 132,00 ¤.

22 12

Deutsch als Fremdsprache IV

Lehrbuch: Passwort 2, Kursbuch und Übungsbuch (Klett-Verlag), ab Lektion 18

Volker Meyer
montags und mittwochs,
18.00–20.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
28 Abende, 132,00 ¤.

22 13

Deutsch als Fremdsprache V

Voraussetzung sind die Teilnahme am Kurs IV oder Kenntnisse vergleichbar dem „Europäischen Sprachenzertifikat Deutsch".

Vorbereitung auf die „Zentrale Mittelstufenprüfung" des Goethe-Institutes. Voraussetzung für die Prüfungsteilnahme ist der Besuch eines Vorbereitungskurses bei der VHS. Externe Teilnehmer können nur zur Prüfung zugelassen werden, wenn sie für die Aufnahme eines Studiums in Deutschland den Nachweis von Deutschkenntnissen auf dem Niveau der Zentralen Mittelstufenprüfung benötigen. Für die Zulassung und Anmeldung zur Prüfung ist die Vorlage einer formlosen, persönlichen Bescheinigung der Hochschule notwendig.

Lehrbuch: Mit Erfolg zur Mittelstufenprüfung, Übungsbuch, Hans-Jürgen Hantschel, Paul Krüger (ISBN: 3-12-675389-2)

Sigrid Eckenigk, Lehrerin
montags und mittwochs,
18.00–20.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
28 Abende, 132,00 ¤.

Englisch

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24

Die VHS bietet Englischkurse in einem fortschreitend aufgebauten Kurssystem an, das Teilnehmern mit unterschiedlichen Vorkenntnissen einen mühelosen Einstieg in die Kurse ermöglicht. Das Stoffangebot ist auf den Europäischen Referenzrahmen in Englisch ausgerichtet. Auskünfte über die Prüfungen erteilt die Geschäftsstelle der Volkshochschule.

Am Donnerstag, 13. September, findet um 18.30 Uhr in der VHS, Trift 20, eine Einführungsveranstaltung für alle neuen Interessenten an unseren Englischkursen statt.

Ablauf des Abends:
1. Allgemeine Information über Organisation und Aufbau der Englischkurse.
2. Interessenten mit Vorkenntnissen wird anschließend Gelegenheit gegeben, an einem unverbindlichen Einstufungstest teilzunehmen. Mit Hilfe dieses Tests (es handelt sich um die Beantwortung schriftlicher Fragen durch Ankreuzen und anschließende individuelle Beratung durch Fachdozenten) können wir Ihnen den Kurs empfehlen, der Ihren Vorkenntnissen am besten entspricht.

Gebühr für Test und Beratung: 4,00 ¤ (am Abend zu zahlen).

Für den Besuch der Einführungsveranstaltung und für die Teilnahme am Test ist eine Anmeldung nicht erforderlich.

Lehrbuch für die Kurse Nr. 23 11 – 23 19: New Headway English Course, Elementary German Edition Student's Book, Cornelsen & Oxford (Best.-Nr. 3-464-11802-9) + Arbeitsbuch mit Grammatik und Schlüssel (Best.-Nr. 3-8109-3115-2)

Lehrbuch für die Kurse Nr. 23 20 – 23 24: New Headway English Course, Pre-Intermediate Student's Book, Cornelsen & Oxford (Best.-Nr. 3-464-11822-3) + Arbeitsbuch mit Grammatik und Schlüssel (Best.-Nr. 3-464-11823-1)

Lehrbuch für die Kurse Nr. 23 25, 23 27 – 23 30 New Headway English Course, Intermediate, New Edition Student's Book, Cornelsen & Oxford (Best.-Nr. 3-464-13602-7) + Arbeitsbuch mit Lösungsschlüssel und Grammatikübersicht (Best.-Nr. 3-464-13601-9)

Lehrbuch für den Kurs Nr. 23 31: New Headway English Course, Upper-Intermediate, New Edition, Oxford University Press (Best.-Nr. 3-464-37562-5)

Die angegebenen Lehrwerke sowie Kurs begleitende Bücher, CD-ROMs, Videos, CDs und DVDs können Sie in der Stadtbibliothek Celle entleihen. Weitere Informationen erhalten Sie unter Tel.: 0 51 41 / 12 74 19.

23 01

Englisch für Senioren I

Lehrbuch: Sterling Silver 1 – Englisch für Senioren. New Edition (Cornelsen 20 410-3), ab Unit 1

Kirsten Kelly
freitags, 10.10–11.40 Uhr,
Beginn: 21. September
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

23 02

Englisch für Senioren II

Lehrbuch: Sterling Silver 1 – Englisch für Senioren. New Edition (Cornelsen 20 410-3), ab Unit 8

Katharina Niebuhr
freitags, 10.30–12.00 Uhr,
Beginn: 21. September,
Kursana-Residenz, Blumläger Kirchweg 1,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

23 03

Englisch für Senioren III

Lehrbuch: Sterling Silver 1 – Englisch für Senioren. New Edition (Cornelsen 20 410-3), ab Unit 17

Dr. Anke Heins
donnerstags, 8.00–9.30 Uhr,
Beginn: 20. September,
Kursana-Residenz, Blumläger Kirchweg 1,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

23 04

Englisch für Senioren V

Lehrbuch: Sterling Silver 2 – Englisch für Senioren. New Edition (Cornelsen 20 525), ab Unit 3

Katharina Niebuhr, Lehrerin
dienstags, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Kursana-Residenz, Blumläger Kirchweg 1,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

23 05

Englisch für Senioren VI

Lehrbuch: Sterling Silver 2 – Englisch für Senioren. New Edition (Cornelsen 20 525), ab Unit 11

Katharina Niebuhr, Lehrerin
dienstags, 10.10–11.40 Uhr,
Beginn: 18. September,
Kursana-Residenz, Blumläger Kirchweg 1,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

23 06

Englisch für Senioren X

Lehrbuch:
Going for Gold (Cornelsen 2049-5), ab Unit 3

Dr. Anke Heins
dienstags, 10.10–11.40 Uhr,
Beginn: 18. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

23 07

Englisch für Senioren XIV

Lehrbuch:
Going for Gold (Cornelsen 2049-5), ab Unit 3

Dr. Anke Heins
mittwochs, 10.15–11.45 Uhr,
Beginn: 19. September,
Kursana-Residenz, Blumläger Kirchweg 1,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

23 08

Englisch für Senioren XVI

Lehrbuch: New Headway English Course, Pre-Intermediate Student's Book, Cornelsen & Oxford (Best.-Nr. 3-464-11822-3) und Arbeitsbuch, ab Unit 13, und Lektüre: Destination England, Louise Otzen / Sophia Rasmussen, Cornelsen, Best.-Nr. 312265

Ulrike Kühn, Lehrerin
freitags, 10.10–11.40 Uhr,
Beginn: 21. September,
Haus der Altenbegegnung, Kirchstraße 49 a,
13 Vormittage, 57,00 ¤.

23 09

Englisch für Senioren

Lehrbuch: New Headway English Course, Pre-Intermediate Student's Book, (Cornelsen & Oxford Best.-Nr. 3-464-11822-3) und Arbeitsbuch, ab Unit 11

Renate Hempel, Lehrerin
dienstags, 15.30–17.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Kursana-Residenz, Blumläger Kirchweg 1,
14 Nachmittage, 61,00 ¤.

23 10

Refresher Course für Senioren

Der Kurs richtet sich an alle, die ihre Englischkenntnisse auffrischen und erweitern wollen.

Angabe des Lehrbuches im Kurs.

Jutta Wißler, Realschullehrerin
montags, 9.30–11.00 Uhr,
Beginn: 24. September,
Kursana-Residenz, Blumläger Kirchweg 1,
10 Vormittage, 47,00 ¤.

Eine besondere Bitte:
Wer schon Vorkenntnisse besitzt, sollte keinen Anfängerkurs belegen, um „echten" Anfängern nicht den Mut zu nehmen.

23 11

Englisch I am Vormittag

Lehrbuch: New Headway English Course, Elementary German Edition, (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-11802-9) + Arbeitsbuch (Best.-Nr. 3-8109-3115-2), ab Unit 1

Kirsten Kelly
montags, 10.10–11.40 Uhr,
Beginn: 17. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

STADTBIBLIOTHEK CELLE

Sie möchten einen Volkshochschulkurs belegen?

Zur Vielfalt des Kursangebotes finden Sie in der Stadtbibliothek ein begleitendes Medienangebot. Diese Medien können Sie zu den Ausleihbedingungen der Stadtbibliothek entleihen:

- **Sprachkurse mit CDs, Kassetten oder auf CD-ROM**
- **Bücher, CD-ROMs und Videofilme zu vielen Wissensgebieten und Hobbys**
- **Spielfilme auf DVD mit Sprachwahlmöglichkeit**
- **Hörbücher in deutscher, englischer oder französischer Sprache**
- **Fremdsprachige Romane**

Die Stadtbibliothek bietet Ihnen Informationen und Medien für die schulische und berufliche Ausbildung, für die Weiterbildung und das „lebenslange Lernen" und ebenso für Hobby und Freizeit, Alltagsmanagement und Ihre individuelle Persönlichkeitsentwicklung.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch. Wir informieren Sie gern. Näheres können Sie auch auf unserer Homepage unter **www.stadtbibliothek.celle.de** erfahren. Hier finden Sie auch unseren Web-Katalog, in dem Sie in unserem Bestand recherchieren können. In der Stadtbibliothek stehen Ihnen kostenlose Internetplätze zur Verfügung.

Ihre Stadtbibliothek

Stadtbibliothek
Arno-Schmidt-Platz 1
Tel.: 05141/1274-00
Fax: 05141/1274-29

Zweigstelle Lauensteinplatz
Lauensteinplatz 2
Tel.: 05141/45282

Email: stadtbibliothek@celle.de

Öffnungszeiten
Di - Fr 10.00 - 19.00 Uhr
Sa 10.00 - 14.00 Uhr

Mo + Do 11.00 - 18.00 Uhr
Fr 11.00 - 17.00 Uhr

23 12

Englisch I

Lehrbuch: New Headway English Course, Elementary German Edition, (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-11802-9) + Arbeitsbuch (Best.-Nr. 3-8109-3115-2), ab Unit 1

Andrea Nohr, Fremdsprachenkorrespondentin
mittwochs, 20.10–21.40 Uhr,
Beginn: 19. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

23 13

Englisch II am Vormittag

Lehrbuch: New Headway English Course, Elementary German Edition, (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-11802-9) + Arbeitsbuch (Best.-Nr. 3-8109-3115-2), ab Unit 3

Elke Bidenharn, Fremdsprachenkorrespondentin
freitags, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 21. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

23 14

Englisch II

Lehrbuch: New Headway English Course, Elementary German Edition, (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-11802-9) + Arbeitsbuch (Best.-Nr. 3-8109-3115-2), ab Unit 4

Bodo Wißler, Realschullehrer
montags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

23 15

Englisch III am Vormittag

Lehrbuch: New Headway English Course, Elementary German Edition, (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-11802-9) + Arbeitsbuch (Best.-Nr. 3-8109-3115-2), ab Unit 7

Ulrike Kühn, Lehrerin
mittwochs, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

23 16

Englisch III

Lehrbuch: New Headway English Course, Elementary German Edition, (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-11802-9) + Arbeitsbuch (Best.-Nr. 3-8109-3115-2), ab Unit 7

Helena Parnaby
donnerstags, 19.40–21.10 Uhr,
Beginn: 20. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

23 17

Englisch IV

Lehrbuch: New Headway English Course, Elementary German Edition, (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-11802-9) + Arbeitsbuch (Best.-Nr. 3-8109-3115-2), ab Unit 10

Andrea Nohr, Fremdsprachenkorrespondentin
mittwochs, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

23 18

Englisch V am Vormittag

Lehrbuch: New Headway English Course, Elementary German Edition, (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-11802-9) + Arbeitsbuch (Best.-Nr. 3-8109-3115-2), ab Unit 13

Katharina Niebuhr
donnerstags, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

23 19

Englisch V

Lehrbuch: New Headway English Course, Elementary German Edition, (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-11802-9) + Arbeitsbuch (Best.-Nr. 3-8109-3115-2), ab Unit 12

Andrea Nohr, Fremdsprachenkorrespondentin
donnerstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

23 20

Englisch VI

Lehrbuch: New Headway English Course, Pre-Intermediate Student's Book, (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-11822-3) und Arbeitsbuch (Best.-Nr. 3-464-118231), ab Unit 1

Andrea Nohr, Fremdsprachenkorrespondentin
montags, 20.10–21.40 Uhr,
Beginn: 17. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

23 21

Englisch VII am Vormittag

Lehrbuch: New Headway English Course, Pre-Intermediate Student's Book, (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-11822-3) und Arbeitsbuch (Best.-Nr. 3-464-118231), ab Unit 4

Katharina Niebuhr, Lehrerin
freitags, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 21. September,
Kursana-Residenz, Blumläger Kirchweg 1,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

23 22

Englisch VIII

Lehrbuch: New Headway English Course, Pre-Intermediate Student's Book, (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-11822-3) und Arbeitsbuch (Best.-Nr. 3-464-118231), ab Unit 6

Dr. Anke Heins
dienstags, 17.30–19.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Abende, 61,00 ¤.

23 23

Englisch VIII

Lehrbuch: New Headway English Course, Pre-Intermediate Student's Book (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-11822-3), ab Unit 5

Elke Bidenharn, Fremdsprachenkorrespondentin
mittwochs, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

23 24

Englisch XI am Vormittag

Lehrbuch: New Headway English Course, Pre-Intermediate Student's Book (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-11822-3), ab Unit 13

Ulrike Kühn, Lehrerin
freitags, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 21. September,
Haus der Altenbegegnung, Kirchstraße 49 a,
13 Vormittage, 57,00 ¤.

23 25

Englisch XII

Lehrbuch: New Headway English Course, New Edition, Intermediate Student's Book, (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-13602-7) + Arbeitsbuch mit Lösungsschlüssel und Grammatikübersicht (Best.-Nr. 3-464-13601-9), ab Unit 4

Andrea Nohr, Fremdsprachenkorrespondentin
dienstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

23 26

Englisch XIII am Vormittag

Lehrbuch: The New Cambridge English Course, Klett-Verlag, Vol II (Best.-Nr, 539 115), und Practice Book II (Best.-Nr. 539 116) ab Unit 34.

Zusätzlich leichte, aktuelle Texte und Themen sowie Wiederholung der Grammatik.

Uta Heine, Dolmetscherin
mittwochs, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Haus der Altenbegegnung, Kirchstraße 49 a,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

23 27

Englisch XV am Vormittag

Lehrbuch: New Headway English Course, New Edition, Intermediate Student's Book (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-13602-7), ab Unit 10

Karin Johanning, Philologin
donnerstags, 10.10–11.40 Uhr,
Beginn: 20. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

23 28

Englisch XV

Lehrbuch: New Headway English Course, New Edition, Intermediate Student's

Book (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-13602-7) + Arbeitsbuch mit Lösungsschlüssel und Grammatikübersicht (Best.-Nr. 3-464-13601-9), ab Unit 9

Lothar Grotelüschen, Oberstudienrat i.R.
dienstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

23 29

Englisch XV

Lehrbuch: New Headway English Course, New Edition, Intermediate Student's Book (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-13602-7), ab Unit 10

Andrea Nohr, Fremdsprachenkorrespondentin
montags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

23 30

Englisch XVI

Lehrbuch: New Headway English Course, New Edition, Intermediate Student's Book (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-13602-7), ab Unit 12

Lothar Grotelüschen, Oberstudienrat i.R.
montags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

23 31

Englisch XVII am Vormittag

Lehrbuch: New Headway English Course, New Edition, Upper-Intermediate Student's Book (Cornelsen & Oxford, ISBN 3-464-37562-5), ab Unit 1

Ulrike Kühn, Lehrerin
mittwochs, 10.10–11.40 Uhr,
Beginn: 19. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

Weitere Englischkurse
siehe Bereich: Bildungsurlaub

Lehrbuch-Flohmarkt
Die VHS Celle bietet allen Teilnehmern an Sprachkursen, die noch gebrauchsfähige Lehrbücher verkaufen möchten, das „Schwarze Brett" im Eingangsbereich der Geschäftsstelle als Forum an. Sie können durch Aushang Ihre Bücher anbieten. Alle Interessenten an gebrauchten Lehrmaterialien können sich dort über das Angebot informieren.

23 32

Englisch XVIII am Vormittag

In diesem Semester wird gearbeitet an der Wiederholung der Grundgrammatik, Lektüre sowie mündlicher und schriftlicher Nacherzählung. Außerdem Erarbeitung eines englischen Bühnentextes mit anschließendem Theaterbesuch (fremdsprachige Aufführung).

Uta Heine, Dolmetscherin
mittwochs, 10.10–11.40 Uhr,
Beginn: 19. September,
Haus der Altenbegegnung, Kirchstraße 49 a,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

23 33

English as you like it
am Vormittag

Short Stories, Newspapers, Conversation.
For participants with knowledge corresponding to Sekundarabschluss I.
We'll talk about topics and situations which are part of our daily lives. In addition we'll read and discuss articles from "SPOTLIGHT" and work on selected grammar exercises.

Karin Johanning, Philologin
donnerstags, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

23 34

Englisch für Fortgeschrittene
am Vormittag

For participants with knowledge corresponding to Sekundarabschluss I.
We talk about everything of the daily life and work on one particular subject (with additional grammar and reading exercises etc.)

Helgard Nowotny, Dolmetscherin, Fachlehrerin
donnerstags, 9.30–11.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Haus der Altenbegegnung, Kirchstraße 49 a,
11 Vormittage, 48,00 ¤.

23 35

Auffrischungskurs I

Dieser Kurs wendet sich an alle, die schon einmal Englisch gelernt haben und ihre Grundkenntnisse in einem überschaubaren Zeitraum effektiv wieder auffrischen möchten.
Die Themenbereiche umfassen das private Umfeld, das Reisen und den Arbeitsplatz.

Lehrbuch: On the Move, Refresher Course, (Klett-Verlag ISBN 3-12-52 41 29-4), ab Unit 1

Andrea Nohr, Fremdsprachenkorrespondentin
dienstags, 20.10–21.40 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

23 36

Auffrischungskurs II

Kursinhalte siehe oben.

Lehrbuch: On the Move, Refresher Course, (Klett-Verlag ISBN 3-12-52 41 29-4), ab Unit 9

Andrea Nohr, Fremdsprachenkorrespondentin
donnerstags, 20.10–21.40 Uhr,
Beginn: 20. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

23 37

Let's talk
Freestyle English Conversation

Ein Kurs für Fortgeschrittene, die Lust haben, auf Englisch locker zu kommunizieren und flüssiger zu sprechen. Die Teilnehmer gestalten durch ihre Wünsche das Programm mit.

Michael Foley
dienstags, 19.30–21.00 Uhr,
Beginn: 25. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
8 Abende, 37,00 ¤.

23 38

Business English
Wochenendkurs

Telefonate, Korrespondenz, E-Mails, Präsentation und Geschäftsmeetings – in der Firma, auf Messen, auf Geschäftsreisen.
Business English heute – Redewendungen und Situationsbeispiele stehen an diesem Wochenende im Vordergrund.

Jennifer Franke
Samstag, 29. September, 10.00–17.00 Uhr,
Sonntag, 30. September, 10.00–16.00 Uhr
(mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
11 Zeitstunden, 34,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

23 39

Wirtschaftsenglisch
Level 1

In diesem Semester beginnt ein 3-semestriger Vorbereitungskurs auf das VHS-Zertifikat Business English. Vorausgesetzt werden Englisch-Kenntnisse entsprechend dem Sekundarabschluss I.

Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Sylvia Wollenin, Fremdsprachenkorrespondentin
donnerstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

23 40

Englisch für Hotel und Gastronomie

Gäste werden immer internationaler. Und was läge näher, als sich in der gebräuchlichen internationalen Sprache den Gästen widmen zu können. In diesem Semester beginnt ein 2-semestriger Kurs, der fachspezifisches Englisch für die Hotel- und Gaststättenbranche vermittelt und am Ende mit einer (freiwilligen) Zertifikatsprüfung abgeschlossen werden kann.

Vorausgesetzt werden Sprachkenntnisse entsprechend dem Sekundarabschluss I.

Lehrbuch: Be My Guest (Cambridge University Press, ISBN 978-3-12-539271-7)

Helena Parnaby, Hotelfachfrau
montags, 18.00–19.30 Uhr,
Beginn: 17. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

Spanisch

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24

Die Kurse sind in ihrem Stoffangebot auf den Europäischen Referenzrahmen ausgerichtet.

Lehrwerke:
für Kursstufe I bis V: Caminos 1, Lehrbuch, Klett-Verlag (Best.-Nr. 51 488) und Arbeitsbuch, Klett-Verlag (Best.-Nr. 514 885)

für Kursstufe XI und XIII: Caminos 2, Lehrbuch, Klett-Verlag (Best.-Nr. 51 489) und Arbeitsbuch, Klett-Verlag (Best.-Nr. 514 895).

Die angegebenen Lehrwerke sowie Kurs begleitende Bücher, CD-ROMs, Videos, CDs und DVDs können Sie in der Stadtbibliothek Celle entleihen. Weitere Informationen erhalten Sie unter Tel.: 12 74 19.

24 01

Spanisch für die Reise
für Touristen und Einsteiger

Dieser Kurs dient Teilnehmern ohne Vorkenntnisse als Vorbereitung auf eine Reise nach Spanien oder Lateinamerika.

Lehrbuch: Spanisch à la carte, Klett-Verlag (Best.-Nr. 3-12-51 42 10-5).

Wolfgang Kudraß
dienstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 25. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
12 Abende, 53,00 ¤.

24 02

Spanisch I am Vormittag

Lehrbuch:
Caminos 1 und Arbeitsbuch, ab Unidad 1

Wolfgang Kudraß
dienstags, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 25. September,
Haus der Altenbegegnung, Kirchstraße 49 a,
13 Vormittage, 57,00 ¤.

24 03

Spanisch I

Lehrbuch:
Caminos 1 und Arbeitsbuch, ab Unidad 1

Ines Blaskowitz, Fremdsprachenkorrespondentin
mittwochs, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

24 04

Spanisch I

Lehrbuch:
Caminos 1 und Arbeitsbuch, ab Unidad 1

Carmen Gottschlich
donnerstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

24 05

Spanisch II am Vormittag

Lehrbuch:
Caminos 1 und Arbeitsbuch, ab Unidad 3 C

Ines Blaskowitz, Fremdsprachenkorrespondentin
dienstags, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

24 06

Spanisch II

Lehrbuch:
Caminos 1 und Arbeitsbuch, ab Unidad 3 C

Ines Blaskowitz, Fremdsprachenkorrespondentin
dienstags, 17.50–19.20 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

24 07

Spanisch II

Lehrbuch:
Caminos 1 und Arbeitsbuch, ab Unidad 3 C

Miriam Pfeiffer
donnerstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

24 08

Spanisch III am Vormittag

Lehrbuch:
Caminos 1 und Arbeitsbuch, ab Unidad 6

Ines Blaskowitz, Fremdsprachenkorrespondentin
montags, 10.10–11.40 Uhr,
Beginn: 17. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

24 09

Spanisch III

Lehrbuch:
Caminos 1 und Arbeitsbuch, ab Unidad 6 C

Sonnia Pelaez-Sator
dienstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

24 10

Spanisch IV am Vormittag

Lehrbuch:
Caminos 1 und Arbeitsbuch, ab Unidad 9 C

Josefina Bensusan de Klug
dienstags, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
13 Vormittage, 57,00 ¤.

24 11

Spanisch IV

Lehrbuch:
Caminos 1 und Arbeitsbuch, ab Unidad 9

Sonnia Pelaez-Sator
donnerstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

24 12

Spanisch V

Lehrbuch:
Caminos 1 und Arbeitsbuch, ab Unidad 12

Carmen Gottschlich
mittwochs, 19.00–20.30 Uhr,
Beginn: 19. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

24 13

Spanisch zum Auffrischen am Vormittag

Flotte Wiederholung von Schwerpunkten aus „Caminos 1“ (u.a. indefinido und inperfecto, Dialoge und sanfte Einführung in den subjuntivo).

Josefina Bensusan de Klug
donnerstags, 10.10–11.40 Uhr,
Beginn: 20. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
13 Vormittage, 57,00 ¤.

24 14

Spanisch – Auffrischung

Dieser Kurs ist besonders für Wiedereinsteiger und Teilnehmer geeignet, die auf Spanisch lockerer kommunizieren sowie die Grammatik auffrischen bzw. vertiefen möchten.

Voraussetzung:
mindestens 5 VHS-Semester Spanisch.

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Ines Blaskowitz, Fremdsprachenkorrespondentin
dienstags, 19.30–21.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

Lehrbuch-Flohmarkt
Die VHS Celle bietet allen Teilnehmern an Sprachkursen, die noch gebrauchsfähige Lehrbücher verkaufen möchten, das „Schwarze Brett" im Eingangsbereich der Geschäftsstelle als Forum an. Sie können durch Aushang Ihre Bücher anbieten. Alle Interessenten an gebrauchten Lehrmaterialien können sich dort über das Angebot informieren.

24 15

Spanisch XI

Lehrbuch:
Caminos 2 und Arbeitsbuch, ab Unidad 9 C

Sonnia Pelaez-Sator
mittwochs, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

24 16

Spanisch XIII am Vormittag

Lehrbuch:
Caminos 2 und Arbeitsbuch, ab Unidad 10 C

Josefina Bensusan de Klug
dienstags, 10.10–11.40 Uhr,
Beginn: 18. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
13 Vormittage, 57,00 ¤.

24 17

Spanisch XVIII am Vormittag

In diesem Kurs werden Themen nach Wunsch der Teilnehmer sprachlich behandelt und in Diskussionen vertieft.

Lehrbuch nach Angabe im Kurs.

Sonnia Pelaez-Sator
dienstags, 10.10–11.40 Uhr,
Beginn: 18. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
12 Vormittage, 53,00 ¤.

24 18

Spanisch für Fortgeschrittene am Vormittag

Interessante Texte (u.a. aus „Ecos") werden gelesen, diskutiert und durchgearbeitet (z.B. Grammatik).

Selke von Witten, Übersetzerin
mittwochs, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
10 Vormittage, 47,00 ¤.

24 19

Español profesional y competencia intercultural

Usted posee un vocabulario bastante grande en español y además tiene buenos conocimientos de la gramática, sin embargo le hace falta aprender la comunicación en las relaciones comerciales y obtener seguridad para poder redactor cartas comerciales y telefonear con clientes. Así mismo se tratarán las costumbres de país que le permitirán comprender mejor al hombre de negocios español.
Le invitamos a que visite nuestro curso.

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Carmen Gottschlich
dienstags, 19.00–20.30 Uhr,
Beginn: 25. September
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
10 Abende, 47,00 ¤.

Italienisch

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24

Die Italienischkurse sind in ihrem Stoffangebot auf den Europäischen Referenzrahmen ausgerichtet.

Lehrbücher:
Allegro 1
(Klett-Verlag, Best.-Nr. 3-12-52 55 65-1);
Allegro 2
(Klett-Verlag, Best.-Nr. 3-12-525558-9);
Allegro 3
(Klett-Verlag, Best.-Nr. 3-12-525566-X).

Die angegebenen Lehrwerke sowie Kurs begleitende Bücher, CD-ROMs, Videos, CDs und DVDs können Sie in der Stadtbibliothek Celle entleihen. Weitere Informationen erhalten Sie unter Tel.: 12 74 19.

25 01

Italienisch I am Vormittag

Lehrbuch: Allegro 1, ab Lezione 1

Sibilla Strauß-Di Fausto
mittwochs, 10.30–12.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

25 02

Italienisch I

Lehrbuch: Allegro 1, ab Lezione 1

Domenica Montemurro
dienstags, 19.00–20.30 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

www.vhs-celle.de

Sie können sich auch über das Internet anmelden.

Unter jedem Kurs finden Sie ein entsprechendes Anmeldeformular.

25 03

Italienisch II

Lehrbuch: Allegro 1, ab Lezione 4

Sibilla Strauß-Di Fausto
donnerstags, 19.30–21.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

25 04

Italienisch III

Lehrbuch: Allegro 1, ab Lezione 7

Michael Krebs, Oberstudienrat
montags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

25 05

Italienisch IV am Vormittag

Lehrbuch: Allegro 1, ab Lezione 10

Domenica Montemurro
montags, 10.15–11.45 Uhr,
Beginn: 17. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

25 06

Italienisch IV

Lehrbuch: Allegro 1, ab Lezione 10

Sibilla Strauß-Di Fausto
dienstags, 20.10–21.40 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

25 07

Italienisch V am Vormittag

Lehrbuch: Allegro 2, ab Lezione 1

Domenica Montemurro
donnerstags, 10.15–11.45 Uhr,
Beginn: 20. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

25 08

Italienisch V

Lehrbuch: Allegro 2, ab Lezione 1

Sibilla Strauß-Di Fausto
dienstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

25 09

Italienisch VI am Vormittag

Lehrbuch: Allegro 2, ab Lezione 4

Domenica Montemurro
donnerstags, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

25 10

Italienisch VI

Lehrbuch: Allegro 2, ab Lezione 4

Domenica Montemurro
donnerstags, 19.00–20.30 Uhr,
Beginn: 20. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

25 11

Italienisch VII am Vormittag

Lehrbuch: Allegro 2, ab Lezione 7

Sibilla Strauß-Di Fausto
mittwochs, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Kursana-Residenz, Blumläger Kirchweg 1,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

25 12

Italienisch VII

Lehrbuch: Allegro 2, ab Lezione 7

Graziella Palladini-Ehbrecht
mittwochs, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

25 13

Italienisch VIII

Lehrbuch: Allegro 2, ab Lezione 8

Michael Krebs, Oberstudienrat
donnerstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

25 14

Italienisch IX

Lehrbuch: Allegro 3, ab Lezione 1

Dieser Kurs ist auch besonders für Wiedereinsteiger mit Vorkenntnissen zur Wiederholung der Grundstrukturen geeignet.

Domenica Montemurro
mittwochs, 18.15–19.45 Uhr,
Beginn: 19. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

25 15

Italienisch für Fortgeschrittene am Vormittag

Für fortgeschrittene Teilnehmer wird Lektüre und Konversation angeboten.

Siv Marsch, Dipl.-Phil.
mittwochs, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
10 Vormittage, 47,00 ¤.

25 16

Conversazione
Italienisch für Fortgeschrittene

Avete pochissime possibilità di esercitare la lingua italiana acquisita negli anni? Allora incontriamoci il giovedì sera per leggere testi, dicutere, vedere spezzoni di film, ascoltare musica, fare esercizi grammaticali … in italiano! Il livello è avanzato.
Come misura di conoscenza: 6. Lezione „buongiorno 2“ o „buonasera a tutti“ e, naturalmente, altre esperienze che hanno contribuito all´apprendimento della lingua italiana.

Sibilla Strauß-Di Fausto
donnerstags, 17.45–19.15 Uhr,
Beginn: 20. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

25 17

Italienisch für Touristen
Wochenendkurs für Anfänger

Einfache Gesprächssituationen bewältigen und im Urlaub über die Sprache in Kontakt kommen – das ist das Ziel des abwechslungsreichen Wochenendes.

Sibilla Strauß-Di Fausto
Freitag, 12. Oktober, 18.00–21.00 Uhr,
Samstag, 13. Oktober,
10.00–13.00 und 14.00–17.00 Uhr,
Sonntag, 14. Oktober, 10.00–13.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
12 Zeitstunden, 37,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Französisch

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24

Die Französischkurse sind in ihrem Stoffangebot auf den Europäischen Referenzrahmen ausgerichtet.
Teilnehmer mit Vorkenntnissen können sich in der Geschäftsstelle beraten lassen, welcher Kurs für sie geeignet ist. Dazu erhalten Sie schriftliche Testunterlagen (Unkostenbeitrag 4,00 ¤) und eine Auswertung.

Lehrwerke:
für Kursstufe III – VII
Pont Neuf, Band 1, Lehrbuch (Klett-Verlag, ISBN 3-12-52 90 50-3) und Arbeitsbuch (Klett-Verlag, ISBN 3-12-52 90 55-4);

für Kursstufe XIX
Pont Neuf, Band 2, Lehrbuch (Klett-Verlag, ISBN 3-12-52 90 60-0).

Die angegebenen Lehrwerke sowie Kurs begleitende Bücher, CD-ROMs, Videos, CDs und DVDs können Sie in der Stadtbibliothek Celle entleihen. Weitere Informationen erhalten Sie unter Tel.: 12 74 19.

Eine besondere Bitte:
Wer schon Vorkenntnisse hat, sollte keinen Anfängerkurs belegen, um „echten“ Anfängern nicht den Mut zu nehmen.

26 01

Französisch à la carte am Vormittag

Ein leichter Einstieg in die französische Sprache mit praktischen Themen zur sofortigen Anwendung auch im Urlaubs- und Reisebereich.

Lehrbuch: Französisch à la carte, (Klett-Verlag ISBN 3-12-528810-X), ab Lektion 1

Denise Kelsen-Göhring
freitags, 10.10–11.40 Uhr,
Beginn: 21. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

26 02

Französisch à la carte

Kursinhalte siehe oben.

Lehrbuch: Französisch à la carte, (Klett-Verlag ISBN 3-12-528810-X), ab Lektion 1

Camille Ebel-Chenu
mittwochs, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

26 03

Französisch à la carte II

Lehrbuch: Französisch à la carte, (Klett-Verlag ISBN 3-12-528810-X)

Marie-Josée Mas-Harten
donnerstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

26 04

Französisch III

Lehrbuch: Pont Neuf 1, ab Lektion 6

Gudrun Lennartz, Lehrerin
donnerstags, 20.10–21.40 Uhr,
Beginn: 20. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

26 05

Französisch V

Lehrbuch: Pont Neuf 1, ab Lektion 9

Marie-Josée Mas-Harten
dienstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

26 06

Französisch VII am Vormittag

Lehrbuch: Pont Neuf 1, ab Lektion 11

Denise Kelsen-Göhring, Lehrerin
freitags, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 21. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

26 07

Französisch VII

Lehrbuch: Pont Neuf 1, ab Lektion 10

Denise Kelsen-Göhring, Lehrerin
montags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

26 08

Französisch IX am Vormittag

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Marie-Josée Mas-Harten
donnerstags, 10.10–11.40 Uhr,
Beginn: 20. September,
Kursana-Residenz, Blumläger Kirchweg 1,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

26 09

Französisch XI

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Christiane Schoepffer
dienstags, 18.15–19.45 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

Lehrbuch-Flohmarkt
Die VHS Celle bietet allen Teilnehmern an Sprachkursen, die noch gebrauchsfähige Lehrbücher verkaufen möchten, das „Schwarze Brett“ im Eingangsbereich der Geschäftsstelle als Forum an. Sie können durch Aushang Ihre Bücher anbieten. Alle Interessenten an gebrauchten Lehrmaterialien können sich dort über das Angebot informieren.

26 10

Französisch XIX

Lehrbuch: Pont Neuf 2, ab Lektion 11

Christiane Schoepffer
donnerstags, 18.00–19.30 Uhr,
Beginn: 20. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

26 11

Französisch für Fortgeschrittene
am Vormittag

Dieser Kurs ist besonders für Wiedereinsteiger mit guten Vorkenntnissen geeignet: aktuelle Themen, kurze, moderne, reizvolle Texte, die zum Nachdenken und Diskutieren anregen und Wiederholung der Grundgrammatik.

Uta Heine, Dolmetscherin
dienstags, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

26 12

Französische Literatur
Vormittagskurs

Nous lisons: „Les misérables“ de Victor Hugo, (Les grands classiques – Nathan 20 9 180 151 8).

Françoise Buhmann
donnerstags, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Haus der Altenbegegnung, Kirchstraße 49 a,
12 Vormittage, 53,00 ¤.

26 13

Conversation française

Lektüre (Revue de la Presse) und freie Gespräche.

Catherine Gareis, Lehrerin
mittwochs, 19.30–21.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
12 Abende, 53,00 ¤.

Weitere Fremdsprachen

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24

27 01

Niederländisch für Anfänger

Die VHS plant die Neueinrichtung eines Niederländisch-Kurses für Anfänger. Interessenten bitten wir, sich in der Geschäftsstelle vormerken zu lassen. Sie werden über den Beginn schriftlich informiert, sobald sich eine ausreichende Anzahl von Teilnehmern gemeldet hat.

27 02

Dänisch für Anfänger

Lehr- und Arbeitsbuch: Dänisch neu (Hueber Verlag), ISBN 3-19-005255-7; 3-19-015255-1, ab Lektion 1

Hanne Basbøll
donnerstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
12 Abende, 53,00 ¤.

27 03

Dänisch II

Lehr- und Arbeitsbuch: Dänisch neu (Hueber Verlag), ISBN 3-19-005255-7; 3-19-015255-1, ab Lektion 8

Jytte Asmus
mittwochs, 19.40–21.10 Uhr,
Beginn: 19. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Abende, 61,00 ¤.

27 04

Dänisch III

Lehr- und Arbeitsbuch: Dänisch neu (Hueber Verlag), ISBN 3-19-005255-7; 3-19-015255-1, ab Lektion 15

Jytte Asmus
mittwochs, 18.00–19.30 Uhr,
Beginn: 19. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
14 Abende, 61,00 ¤.

27 05

Dänisch für Fortgeschrittene

Kokken, kunst og kultur dansk. Disse temaer vil beskaftige os i teori og praksis–Danmark er jo mere end smorrebrod, Gitte og Tivoli. Deltagerne bor have dansk kundskaber pei niveau med loerebogen „Dänisch ne“, Lektion 30. Materiale erfregnes med docenten.

Hanne Basbøll
mittwochs, 19.30–21.45 Uhr,
Beginn: 19. September,
Räume der Dozentin Holbaekstr. 2 A,
10 Abende, 66,00 ¤.

27 06

Schwedisch für Anfänger

Lehr- und Arbeitsbuch: Välkomna (Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-527941-4, ab Lektion 1

Horst Vieth, Lehrer
dienstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

27 07

Schwedisch II

am Vormittag

Lehr- und Arbeitsbuch: Välkomna (Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-527941-4, ab Lektion 5

Siv Marsch, Dipl.-Phil.
mittwochs, 10.10–11.40 Uhr,
Beginn: 19. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
10 Vormittage, 47,00 ¤.

27 08

Schwedisch II

Lehr- und Arbeitsbuch: Välkomna (Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-527941-4, ab Lektion 5

Gunilla Hintersdorf, Bankfachwirtin
dienstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
12 Abende, 53,00 ¤.

27 09

Schwedisch VIII

Lehr- und Arbeitsbuch: Välkomna (Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-527941-4, ab Lektion 13

Horst Vieth, Lehrer
mittwochs, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

27 10

Russisch II

Lehrbuch: Kljutschi 1 (Hueber-Verlag), ISBN 3-19-004471-6, ab Lektion 3

Dr. phil. Regina Sergijenko
dienstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

27 11

Polnisch für Anfänger

Lehr- und Arbeitsbuch: Witam!, (Hueber Verlag), ISBN 3-19-005369-3; 3-19-015369-8, ab Lektion 1

Urszula Tauwaldt
mittwochs, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

27 12

Polnisch für Fortgeschrittene

Lehr- und Arbeitsbuch: Spotkania, (Hueber Verlag), ISBN 3-19-025 149-5; 3-19-005 149-6.

Urszula Tauwaldt
dienstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

27 13

Ungarisch für Anfänger

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Martina Liebscher-Sammler
mittwochs, 20.10–21.40 Uhr,
Beginn: 19. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
13 Abende, 57,00 ¤.

27 14

Portugiesisch / Brasilianisch II

Lehr- und Arbeitsbuch: Avenida Brasil, (E.P.U. Verlag), ISBN 85-12-54700-6; ISBN 85-12-54702-2, ab Lektion 3

Helena Santos-Blidon
dienstags, 20.10–21.40 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

27 15

Portugiesisch / Brasilianisch III

Lehr- und Arbeitsbuch: Avenida Brasil, (E.P.U. Verlag), ISBN 85-12-54700-6; ISBN 85-12-54702-2, ab Lektion 4

Helena Santos-Blidon
dienstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

27 16

Türkisch für Anfänger

Lehr- und Arbeitsbuch: Güle güle (Hueber Verlag), ISBN 3-19-005 234-4; 3-19-015 234-9, ab Lektion 1

Füsün Meyer, Lehrerin
mittwochs, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

27 17

Türkisch II

Lehr- und Arbeitsbuch: Güle güle (Hueber Verlag), ISBN 3-19-005 234-4; 3-19-015 234-9, ab Lektion 7

Füsün Meyer, Lehrerin
donnerstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

27 18

Neugriechisch II

Lehr- und Arbeitsbuch: Kalimera (Langenscheidt Verlag), ISBN 3-468-49 326-6; 3-468-49 327-4, ab Lektion 5

Lea Frenzke, Lehrerin
donnerstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

Die Volkshochschule Celle sucht
Dozenten für Fremdsprachen:
besonders Französisch,
Niederländisch, Norwegisch

Bitte rufen Sie uns an:
(0 51 41) 92 98 24

27 19

Neugriechisch IV

Lehr- und Arbeitsbuch: Kalimera (Langenscheidt Verlag), ISBN 3-468-49 326-6; 3-468-49 327-4, ab Lektion 10

Lea Frenzke, Lehrerin
dienstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

27 20

Neugriechisch VI

Wiederholung der wichtigsten grammatischen Themen aus „Kalimera“ kombiniert mit leichter Lektüre nach Angabe im Kurs.

Lea Frenzke, Lehrerin
montags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 61,00 ¤.

Schulabschlüsse Zweiter Bildungsweg

Programmbereichsleitung:
Tessa Twele, Tel. 05141/92 98-21

Gern stehen wir Interessenten, die auf dem Zweiten Bildungsweg Schulabschlüsse nachträglich erwerben möchten, für eine individuelle Bildungsberatung zur Verfügung.
Für Beratungen in den ersten Wochen nach der Veröffentlichung dieses Programms – im September – empfehlen wir, Termine telefonisch abzusprechen.

Hauptschulabschluss

Noch immer verlässt eine große Zahl von Schulabgängern die Schule ohne Abschlusszeugnis. Für sie kann sich durch den nachträglichen Erwerb des Hauptschulabschlusses die berufliche und persönliche Lage entscheidend verbessern, da Schulabgänger ohne Hauptschulabschluss besondere Schwierigkeiten auf dem Arbeitsmarkt haben und häufiger von Arbeitslosigkeit bedroht sind.
Das Angebot richtet sich an ehemalige Haupt- und Sonderschüler, die keinen Abschluss erlangt haben, auch an Realschüler, die aus der neunten Klasse ohne Versetzungsvermerk abgegangen sind.
Eine Teilnahme, um altes Wissen aufzufrischen, ist natürlich auch möglich.
Die Lehrgänge bereiten auf die staatliche Prüfung zum nachträglichen Erwerb des Hauptschulabschlusses vor.
Unterrichtet werden die Fächer Deutsch, Mathematik, Geschichte, Sozialkunde, Biologie und Englisch. Diese Fächer sind zugleich Prüfungsfächer.
Unterrichtsfrei sind die Ferienzeiten der allgemein bildenden Schulen in Niedersachsen.

28 01

Tageslehrgang Hauptschulabschluss
am Vormittag

Der Lehrgang dauert ca. 7 Monate. Der Unterricht findet täglich von 8.00–13.10 Uhr statt. Wöchentlich werden 30 Unterrichtsstunden erteilt.
Unterrichtsfrei sind die Ferienzeiten der allgemein bildenden Schulen in Niedersachsen.

Die monatliche Gebühr beträgt 65,00 ¤.

Interessenten für diesen Lehrgang können sich in der Geschäftsstelle der VHS vormerken lassen. Bei einer genügend großen Nachfrage wird ein neuer Lehrgang eingerichtet.

28 02

Abendlehrgang Hauptschulabschluss

Der Lehrgang dauert ca. 1 Jahr. Der Unterricht findet an vier Abenden in der Woche (montags bis donnerstags) jeweils in der Zeit von 18.30–21.40 Uhr statt.

Die monatliche Gebühr beträgt 45,00 ¤.

Interessenten für einen Abendlehrgang Hauptschulabschluss können sich in der Geschäftsstelle der VHS vormerken lassen. Bei einer genügend großen Nachfrage wird ein neuer Lehrgang eingerichtet.

Realschulabschluss

Der Realschulabschluss wird heute häufiger in Berufen gefordert, in denen bisher der Hauptschulabschluss genügte. Der Realschulabschluss ermöglicht den Zugang zu weiterführenden Bildungseinrichtungen.
Zur Vorbereitung auf die staatliche Prüfung zum nachträglichen Erwerb des Sekundarabschlusses I – Realschulabschluss – und des Erweiterten Sekundarabschlusses I bietet die VHS Lehrgänge am Vormittag und Abend an. Unterrichtet werden in diesen Lehrgängen die Fächer Deutsch, Mathematik, Englisch, Geschichte, Sozialkunde oder Erdkunde, Biologie und Physik. Alle Unterrichtsfächer sind zugleich Prüfungsfächer.

28 03

Tageslehrgang Realschulabschluss 07/1
am Vormittag (2007/2008)

Der Lehrgang hat am 2. Juli 2007 begonnen und endet im Juni 2008 mit den Abschlussprüfungen.

28 04

Tageslehrgang Realschulabschluss 07/2
am Vormittag (2007/2008)

Ein neuer Tageslehrgang Realschulabschluss beginnt im September 2007.

Der Lehrgang dauert ca. 11 Monate. Der Unterricht findet an fünf Wochentagen (montags – freitags) von 8.00–13.10 Uhr statt. Wöchentlich werden 30 Unterrichtsstunden erteilt.
Unterrichtsfrei sind die Ferienzeiten der allgemein bildenden Schulen in Niedersachsen.

Die monatliche Gebühr beträgt 65,00 ¤.

Interessenten für diesen Lehrgang können sich in der Geschäftsstelle der VHS vormerken lassen. Bei einer genügend großen Nachfrage wird ein neuer Lehrgang eingerichtet.

28 06

Abendlehrgang Realschulabschluss

Der Abendlehrgang Realschulabschluss wendet sich insbesondere an Berufstätige. Er dauert ca. 1,5 Jahre.
Der Unterricht findet an vier Wochentagen (montags bis donnerstags) jeweils in der Zeit von 18.30–21.40 Uhr statt.
Unterrichtsfrei sind die Ferienzeiten der allgemein bildenden Schulen in Niedersachsen.

Die monatliche Gebühr beträgt 45,00 ¤.

Interessenten für einen Abendlehrgang Realschulabschluss können sich in der Geschäftsstelle der VHS vormerken lassen. Bei einer genügend großen Nachfrage wird ein neuer Lehrgang eingerichtet.

28 07

Hochschulstudium ohne Reifezeugnis
Vorbereitungslehrgang 2008/2009

Die Volkshochschule bereitet auf die fachbezogene Hochschulzugangsprüfung nach beruflicher Vorbildung vor.
Diese Prüfung bietet eine Möglichkeit, ohne Hochschul- oder Fachhochschulreife die Zugangsberechtigung für die Hochschulen in Niedersachsen zu erlangen.
Bewerber müssen bei der Meldung zur Prüfung

1. ihren ständigen oder gewöhnlichen Aufenthalt seit mindestens einem Jahr in Niedersachsen haben,
2. eine mindestens zweijährige Ausbildung in einem anerkannten Ausbildungsberuf oder eine mindestens zweijährige als anerkannt geltende berufliche Ausbildung erfolgreich abgeschlossen und danach eine hauptberufliche Tätigkeit mindestens zwei Jahre lang im entsprechenden Berufsbereich oder drei Jahre lang in verschiedenen Berufsbereichen ausgeübt haben.
   Die für eine Ausbildung erforderlichen Praktika gelten nicht als Berufstätigkeit.

Weitere erfolgreich abgeschlossene Berufsausbildungen können auf die hauptberufliche Tätigkeit angerechnet werden.
An die Stelle dieser Voraussetzungen kann auch eine mindestens fünfjährige hauptberufliche Tätigkeit in einem Berufsbereich treten, deren Anforderungen denen eines Ausbildungsberufes vergleichbar sind. Die selbstständige Führung eines Haushalts mit verantwortlicher Betreuung mindestens einer erziehungs- oder pflegebedürftigen Person gilt als hauptberufliche Tätigkeit.

3. durch ein Gutachten einer anerkannten Einrichtung der Weiterbildung nachweisen, dass sie sich intensiv auf die Prüfung vorbereitet haben.

Die fachbezogene Hochschulzugangsprüfung besteht aus zwei Prüfungsteilen: dem allgemeinen und dem besonderen Teil – dem Studienfach. Die Volkshochschule bereitet Bewerber auf den allgemeinen Teil der Prüfung vor. Bei der Entscheidung für das Studienfach und bei der Wahl der Prüfungsthemen wird individuelle Hilfestellung gegeben.

Die Inhalte des Lehrganges sind entsprechend den Prüfungsanforderungen:
- Deutsch und Einführung in wissenschaftliches Arbeiten
- Englisch
- Mathematik
- Bearbeitung von Themen aus dem kulturellen, politischen, gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Bereich.

Der Unterricht findet dreimal wöchentlich – montags, dienstags und mittwochs – in der Zeit von 18.30–21.40 Uhr statt. Hinzu kommen noch ca. 3 bis 4 Wochenendtermine (samstags, nach Absprache).
Unterrichtsfrei sind die Ferienzeiten der allgemein bildenden Schulen in Niedersachsen.

Die monatliche Gebühr beträgt 60,00 ¤.

Ein neuer Vorbereitungslehrgang beginnt im Mai 2008. Interessenten können sich in der Geschäftsstelle vormerken lassen; sie werden ca. Mitte April 2008 zu einer Informationsveranstaltung eingeladen.

www.vhs-celle.de

Sie können sich auch über das Internet anmelden.

Unter jedem Kurs finden Sie ein entsprechendes Anmeldeformular.

Lehrgänge im Bereich berufliche Bildung

Fachkraft Rechnungswesen

Der Lehrgang wendet sich insbesondere an Beschäftigte im Handel, in der Industrie und der Verwaltung, die innerhalb des Unternehmens eine unterstützende Tätigkeit im betrieblichen Rechnungswesen anstreben und an Nichtbeschäftigte zum Zwecke der Eingliederung oder Wiedereingliederung in das Erwerbsleben.
Allgemeines Ziel ist es, den Teilnehmer zu befähigen, die im betrieblichen Rechnungswesen anfallenden Daten nach dem neuesten Stand der gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbeiten.

Der Lehrgang umfasst folgende Bausteine:
- Buchführung 92 Ustd.
- EDV-Finanzbuchhaltung 40 Ustd.
- Betriebliches Steuerrecht 60 Ustd.

Die drei Bausteine schließen jeweils mit einer landeseinheitlichen Prüfung des Landesverbandes der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. ab. Die Prüfungsgebühren betragen pro Prüfung 40,00 ¤; für die Prüfung EDV-Finanzbuchhaltung 45,00 ¤.
Bei Bestehen aller Teilprüfungen, die in einem Zeitraum von 2 Jahren absolviert sein müssen, erhält der Teilnehmer das Gesamt-Zertifikat „Fachkraft Rechnungswesen". Darüber hinaus erhält jeder Teilnehmer ein Zeugnis für die erfolgreiche Prüfung der einzelnen Bausteine.

In diesem Semester werden alle Bausteine angeboten. Unterrichtsinhalte, -termine, -ort, Gebühren siehe unter: Fortbildung für den kaufmännischen Bereich bzw. Bildungsurlaub.

Finanzbuchhalter/-in (VHS)

Der Weiterbildungslehrgang zum Finanzbuchhalter ist insbesondere bestimmt für
- Beschäftigte im Handel, in der Industrie und der Verwaltung, die innerhalb eines Unternehmens eine Tätigkeit im betrieblichen Rechnungswesen anstreben und für
- Nichtbeschäftigte zum Zwecke der Eingliederung oder Wiedereingliederung in das Erwerbsleben.

Allgemeines Ziel ist es, den Teilnehmer zu befähigen, die im betrieblichen Rechnungswesen anfallenden Daten nach dem neuesten Stand der gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbeiten.

Der Lehrgang besteht aus 6 einzelnen Bausteinen, die mit einer Prüfung enden. Die landeseinheitlichen Prüfungen finden zweimal jährlich in Celle statt.

Bei Bestehen aller 6 Prüfungen, die in einem Zeitraum von 4 Jahren absolviert sein müssen, erhält der Teilnehmer das Zeugnis „Finanzbuchhalter/-in (VHS)". Darüber hinaus erhält jeder Teilnehmer ein Zeugnis für die erfolgreiche Prüfung der einzelnen Bausteine.

Die Prüfungsgebühren betragen pro Prüfung 40,00 ¤; für die Prüfung EDV-Finanzbuchhaltung 45,00 ¤.

Jeder Kurs des Lehrgangssystems muss einzeln belegt werden!

Der Besuch des Lehrganges kann als Voraussetzung für den Besuch eines weiterführenden Bilanzbuchhalter-Lehrganges dienen.

Übersicht über Aufbau und Abschlüsse des Lehrganges „Finanzbuchhalter/in (VHS)"

40 UStd. EDV-Finanzbuchhaltung Prüfung
52 UStd. Recht und Finanzen Prüfung
60 UStd. Betriebliches Steuerrecht Prüfung
68 UStd. Kosten- und Leistungsrechnung Prüfung
52 UStd. Bilanzierung Prüfung
92 UStd. Buchführung Teil I und II Prüfung nach dem Teil II

Folgende Bausteine werden in diesem Semester angeboten:
- Buchführung Teil I
- Buchführung Teil II
- Kosten- und Leistungsrechnung
- Betriebliches Steuerrecht
- EDV-Finanzbuchhaltung

Unterrichtsinhalte, -termine, -orte, Gebühren siehe unter: Fortbildung für den kaufmännischen Bereich bzw. Bildungsurlaub.

Fachkraft Lohn- und Gehalt

Dieser Lehrgang wendet sich an Beschäftigte, die eine Tätigkeit im Rahmen der Personalsachbearbeitung anstreben, an Nichtbeschäftigte mit der Absicht der Ein-/Wiedereingliederung in das Erwerbsleben, an Selbstständige (bzw. Angehörige) in Klein- und Mittelbetrieben, die in der Lohn- und Gehaltsabrechnung des eigenen Betriebes arbeiten wollen.
Der Lehrgang vermittelt wesentliche Kenntnisse und Fertigkeiten im Bereich der Lohn- und Gehaltsabrechnung (einschließlich EDV).

Der Lehrgang umfasst folgende Bausteine:
- Lohn und Gehalt – Theorie 68 Ustd.
- EDV-Lohn und Gehalt 48 Ustd.

Die beiden Bausteine schließen jeweils mit einer landeseinheitlichen Prüfung des Landesverbandes der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. ab. Die Prüfungsgebühren betragen 40,00 ¤ für den ersten Baustein, für den zweiten 45,00 ¤.
Bei Bestehen beider Teilprüfungen, die in einem Zeitraum von 1,5 Jahren absolviert sein müssen, erhält der Teilnehmer das Gesamt-Zertifikat „Fachkraft Lohn und Gehalt". Darüber hinaus erhält jeder Teilnehmer ein Zeugnis für die erfolgreiche Prüfung der einzelnen Bausteine.

Voraussetzungen: Kaufmännische Ausbildung bzw. langjährige Berufserfahrung bzw. Abschluss des Lehrganges „Finanzbuchhalter/in (VHS)“ oder entsprechende Kenntnisse.

In diesem Semester wird der Baustein EDV-Lohn- und Gehaltsabrechnung angeboten. Unterrichtsinhalte, -termine, -ort, Gebühren siehe unter: Bildungsurlaub.

Fachkraft Personalabrechnung

Der Lehrgang wendet sich insbesondere an Beschäftigte im Handel, in der Industrie und der Verwaltung, die innerhalb des Unternehmens eine Tätigkeit im Bereich Personalsachbearbeitung anstreben, an Nichtbeschäftigte mit dem Ziel der Eingliederung oder Wiedereingliederung in das Erwerbsleben, an Selbstständige (bzw. Angehörige) in Klein-/Mittelbetrieben, die in der Lohn- und Gehaltsabrechnung des eigenen Betriebes arbeiten wollen.
Allgemeines Ziel ist es, den Teilnehmer zu befähigen, die in der Lohnbuchhaltung anfallenden Daten nach dem neuesten Stand der gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbeiten.

Der Lehrgang umfasst folgende Bausteine:
- Lohn und Gehalt (Theorie) 68 Ustd.
- Arbeitsrecht für die Abrechnung 32 Ustd.
- EDV Lohn und Gehalt 48 Ustd.

Die drei Bausteine schließen jeweils mit einer landeseinheitlichen Prüfung des Landesverbandes der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. ab. Die Prüfungsgebühren betragen pro Prüfung 40,00 ¤; für die Prüfung EDV Lohn und Gehalt 45,00 ¤.
Bei Bestehen aller Teilprüfungen, die in einem Zeitraum von 1 ½ Jahren absolviert sein müssen, erhält der Teilnehmer das Gesamt-Zertifikat „Fachkraft Personalabrechnung“. Darüber hinaus erhält jeder Teilnehmer ein Zeugnis für die erfolgreiche Prüfung der einzelnen Bausteine.

In diesem Semester wird der Baustein EDV-Lohn- und Gehaltsabrechnung angeboten. Unterrichtsinhalte, -termine, -ort, Gebühren siehe unter: Bildungsurlaub.

Fachkraft Personal und Rechnungswesen

Der Lehrgang wendet sich an Selbstständige (bzw. Angehörige) in Klein-/Mittelbetrieben, die im Rechnungswesen des eigenen Betriebes arbeiten wollen, an Beschäftigte im Handel, in der Industrie und der Verwaltung, die innerhalb des Unternehmens eine Tätigkeit im betrieblichen Rechnungswesen und/oder der Lohn- und Gehaltsabrechnung anstreben, an Nichtbeschäftigte mit dem Ziel der Eingliederung oder Wiedereingliederung in das Erwerbsleben.
Allgemeines Ziel ist es, den Teilnehmer zu befähigen, die im betrieblichen Rechnungswesen und in der Lohnbuchhaltung anfallenden Daten nach dem neuesten Stand der gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbeiten.

www.vhs-celle.de

Sie können sich auch über das Internet anmelden.

Unter jedem Kurs finden Sie ein entsprechendes Anmeldeformular.

Der Lehrgang umfasst die Bausteine:
- Buchführung 92 Ustd.
- EDV-Finanzbuchhaltung 40 Ustd.
- Betriebliches Steuerrecht 60 Ustd.
- Lohn und Gehalt (Theorie) 68 Ustd.
- Arbeitsrecht für die Abrechnung 32 Ustd.
- EDV Lohn und Gehalt 48 Ustd.

Die sechs Bausteine schließen jeweils mit einer landeseinheitlichen Prüfung des Landesverbandes der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. ab. Die Prüfungsgebühren betragen pro Prüfung 40,00 ¤; für die Prüfungen EDV Finanzbuchhaltung und EDV Lohn und Gehalt 45,00 ¤.
Bei Bestehen aller Teilprüfungen, die in einem Zeitraum von 3 ½ Jahren absolviert sein müssen, erhält der Teilnehmer das Gesamt-Zertifikat „Fachkraft Personal und Rechnungswesen“. Darüber hinaus erhält jeder Teilnehmer ein Zeugnis für die erfolgreiche Prüfung der einzelnen Bausteine.

In diesem Semester werden die Bausteine Buchführung, EDV-Finanzbuchhaltung, Betriebliches Steuerrecht und EDV- Lohn- und Gehaltsabrechnung angeboten.
Unterrichtsinhalte, -termine, -ort, Gebühren siehe unter: Fortbildung für den kaufmännischen Bereich bzw. Bildungsurlaub.

29 01

European Controlling Assistant

BPS (Business Professional System)

Controlling ist die Bereitstellung von Methoden und Informationen für arbeitsteilig ablaufende Planungs- und Kontrollprozesse sowie die funktionsübergreifende Unterstützung und Koordination solcher Prozesse. Im Laufe der Jahre haben sich folgende Systematisierungsansätze im Hinblick auf die Controllingaufgaben ergeben: Planung – Berichterstattung und Interpretation – Bewertung und Beratung – Steuerangelegenheiten – Berichterstattung an staatliche Stellen – Sicherung des Vermögens – Volkswirtschaftliche Untersuchungen.
In der betrieblichen Praxis ist das Controlling untrennbar mit der Planung und der Kontrolle verbunden. Als Controller werden Sie immer darauf drängen, dass die Unternehmensziele explizit und messbar formuliert vorliegen und für alle Bereiche im Unternehmen anhand der angestrebten Ziele Handlungsalternativen entwickelt und eingesetzt werden. Sie überwachen den Betrieb, ob die Planungsdaten erreicht werden. Im Falle von Abweichungen werden Maßnahmen ergriffen, um entweder die Planwerte durchzusetzen oder diese entsprechend der Entwicklung anzupassen. Als Controller sind Sie interner Berater aller Entscheidungsträger. Sie leisten betriebswirtschaftliche Hilfestellung für jegliche Unternehmensbereiche zur zielorientierten Planung und Steuerung.
Der Lehrgang wendet sich an Selbstständige und an Mitarbeiter von Klein- und Mittelbetrieben der Industrie, des Handels, der Banken, dem allgemeinen Dienstleistungssektor sowie aller Non-Profit-Organisationen. Das Konzept ist für Sie besonders geeignet, wenn Sie den Einstieg in den Controllingbereich planen oder schon in diesem tätig sind.
Voraussetzungen für den erfolgreichen Abschluss sind neben kaufmännischer Berufserfahrung spezielle Fachkenntnisse, die in den folgenden Modulen beschrieben sind: Buchführung, Bilanzierung, Kosten- und Leistungsrechnung I, EDV-Finanzbuchhaltung, Präsentation mit PowerPoint und Tabellenkalkulation mit Excel II.

Einige dieser Kenntnisse können parallel zum Lehrgangsbesuch erworben werden.
Der Lehrgang besteht aus 4 einzelnen Bausteinen, die mit einer Prüfung enden.

Die Module sind:

40 UStd. Kosten- und Leistungsrechnung II Prüfung
40 UStd. Controlling I Prüfung
40 UStd. Controlling II Prüfung
40 UStd. Controlling III Prüfung

Nach erfolgreicher Teilnahme an den vier Prüfungen erhalten die Teilnehmer das Zertifikat „European Controlling Assistant“ der Europäischen Prüfungszentrale. Darüber hinaus erhält jeder Teilnehmer ein Zeugnis über die erfolgreiche Prüfung der einzelnen Bausteine. Die Prüfungsgebühren betragen 45,00 ¤ pro Baustein.

Kosten- und Leistungsrechnung II

Die Kenntnisse aus dem Kurs Kosten- und Leistungsrechnung I sollten beherrscht werden, um die zahlreichen Controlling-Instrumente verstehen und nutzen zu können. In diesem Kurs werden die Kenntnisse vermittelt, die Sie für die betrieblichen Kontroll- und Entscheidungsinstrumente benötigen.

Themenschwerpunkte:
- Aufgaben, Bedeutung und Interpretation der Ergebnisse der mehrstufigen Deckungsbeitragsrechnung
- Plankostenrechnung und ihre Varianten
- Durchführung flexibler Plankostenrechnung
- Erstellung und Bedeutung von Abweichungsanalysen
- Grundzüge der Prozesskostenrechnung und der Target Costing
- Fallbeispiel zu Plankostenrechnung mit Erstellung einer Präsentation

Controlling I – Grundlagen und Strategisches Controlling

Themenschwerpunkte:
- Aufgaben und Methoden im Controlling
- Controllerfunktion und Anforderungsprofile
- Projektorganisation, -controlling
- Kosten- und Leistungsrechnung als zentrales Controlling-Instrument
- Informationsversorgung als Controllingaufgabe
- Strategisches Controlling als langfristige Existenzsicherung
- Instrumente des strategischen Controlling im Rahmen der Unternehmensstrategien
- Grundlagen eines Frühwarnsystems

Controlling II – Operatives Controlling

Themenschwerpunkte:
- Aufgaben der Budgetierung und die Zusammenhänge der Einzelbudgets

- Anwendung eines strategischen Planungsprozesses
- Statistische und dynamische Investitionsrechnungsverfahren
- Aufgaben, Ziele und Methoden des Finanzcontrolling
- Erstellen und Kontrollieren eines Budgets
- Praktische Investitionsrechnungen / Liquiditätsplanung und –steuerung

Controlling III – Berichtswesen und Frühwarnsysteme

Themenschwerpunkte:
- Konzeption und technische Realisierung eines IT-gestützten Controlling (Reporting)
- Aufgaben und Entwicklung eines Berichtssystems
- Kennzahlen und Kennzahlsysteme
- Gestaltung und Präsentation von Berichten
- Frühwarnsysteme als Regelkreis im Controllingsystem

Der Lehrgang soll mit dem Baustein Controlling I am 20. September beginnen. Interessenten für diesen Lehrgang bitten wir um schriftliche Anmeldung. Ein Informationsabend findet am Donnerstag, 6. September, 18.00 Uhr, in der Geschäftsstelle der VHS, Trift 20, statt.

29 04

Fremdsprachenkorrespondent/-in (ENGLISCH)

12. Lehrgang

Dieser Lehrgang, mit der Abschlussprüfung vor der IHK, richtet sich an alle Berufstätigen und Interessenten, die ihre Fremdsprachen- und kaufmännischen Kenntnisse zu besseren oder neuen Berufsmöglichkeiten nutzen wollen.

Voraussetzung zur Teilnahme sind Englischkenntnisse des Sekundarabschlusses I (Aufnahmetest).

Zur Prüfung wird zugelassen, wer eine mit Erfolg abgelegte Abschlussprüfung in einem anerkannten kaufmännischen, verwaltenden oder dienstleistenden Ausbildungsberuf sowie fremdsprachliche Kenntnisse und Fertigkeiten nachweist oder wer nachweist, dass er hinreichende fremdsprachliche und kaufmännische Kenntnisse und schreibtechnische Fertigkeiten erworben hat. Dieser Nachweis erfolgt in der Regel durch eine Teilnahmebestätigung über entsprechende Qualifizierungsmaßnahmen oder eine vergleichbare öffentlich-rechtliche Prüfung.

Unterrichtet wird jede Woche montags und alle zwei Wochen mittwochs, 18.30–21.00 Uhr, außerdem an jedem 3. Sonnabendvormittag mit 5 Unterrichtsstunden.

Der 12. Lehrgang hat im März 2007 begonnen und läuft bis zum 17. Mai 2008. Neuaufnahmen sind nach Rücksprache mit dem Programmbereichsleiter (Tel. 0 51 41/ 92 98-24) noch möglich.

Monatliche Gebühren: 57,00 ¤.

29 07

Personalfachkaufmann

8. Lehrgang

Der Lehrgang wendet sich an alle Personalsachbearbeiter, die ihr Wissen vertiefen und systematisieren wollen, und an alle Mitarbeiter der kaufmännischen und öffentlichen Verwaltungen, die im Personalbereich tätig sind oder tätig werden wollen.

Der Vorbereitungslehrgang umfasst folgende Handlungsbereiche:
- Personalarbeit organisieren und durchführen
- Personalarbeit auf Grundlage rechtlicher Bestimmungen durchführen
- Personalplanung, -marketing und -controlling gestalten und umsetzen
- Personal- und Organisationsentwicklung steuern.

Zur Prüfung vor der IHK ist zuzulassen, wer
- eine mit Erfolg abgelegte Abschlussprüfung in einem anerkannten kaufmännischen oder verwaltenden Ausbildungsberuf und danach eine mindestens zweijährige Berufspraxis oder
- eine mit Erfolg abgelegte Abschlussprüfung in einem anderen anerkannten Ausbildungsberuf und danach eine mindestens dreijährige Berufspraxis oder
- eine mindestens fünfjährige Berufspraxis nachweist.

Abweichend kann zur Prüfung auch zugelassen werden, wer durch Vorlage von Zeugnissen oder auf andere Weise glaubhaft macht, dass er Kenntnisse, Fertigkeiten und Erfahrungen erworben hat, die die Zulassung zur Prüfung rechtfertigen.
Bis zum Ablegen der letzten Prüfungsleistung ist der Nachweis der berufs- und arbeitspädagogischen Kenntnisse gemäß der nach dem Berufsbildungsgesetz erlassenen Ausbilder-Eignungsverordnung zu erbringen.

Der Lehrgang umfasst 490 Unterrichtsstunden. Der Unterricht findet dienstags und donnerstags in der Zeit von 18.15–21.30 Uhr statt.

Zusätzlicher Bestandteil des Lehrganges ist die Vorbereitung auf die Ausbilder-Eignungsprüfung. Dieser 104 Unterrichtsstunden umfassende Teil wird zu Beginn des Lehrganges unterrichtet.

Interessenten bitten wir um Vormerkung in der Geschäftsstelle. Ein neuer Lehrgang soll bei ausreichender Teilnehmerzahl im Semester I/2008 beginnen. Ein Informationsblatt kann angefordert werden.

Monatliche Gebühren: ca. 62,00 ¤.

29 13

Handelsfachwirt/-in (IHK)

Der Handelsfachwirt verbindet praktische Berufserfahrung und eine systematische Weiterbildung, die ihn zur Erfüllung qualifizierter Fachaufgaben und zur Übernahme von Leitungs- und Führungsaufgaben auf der mittleren Ebene befähigen. Vertieftes, auf den Wirtschaftszweig bezogenes Fachwissen sowie organisatorisch-methodische und insbesondere dispositive Kenntnisse gehören daher zum Rüstzeug des Handelsfachwirts.

Der Lehrgang zur Vorbereitung auf die Prüfung vor der IHK umfasst die Fächer:
- Arbeitsmethodik
- Handelsbetriebslehre
- Kosten- und Leistungsrechnung
- Betriebliches Personalwesen
- Beschaffung und Lagerhaltung
- Absatzwirtschaft
- Volkswirtschaftslehre.

Voraussetzungen für die Zulassung zur Prüfung sind:
- eine mit Erfolg abgeschlossene Ausbildung in einem anerkannten kaufmännischen Ausbildungsberuf und danach
- eine weitere Berufspraxis von mindestens drei Jahren in einem Handelsbetrieb. Ohne abgeschlossene kaufmännische Ausbildung muss der Prüfungsbewerber eine mindestens sechsjährige einschlägige Tätigkeit im Handel nachweisen.

Der Lehrgang umfasst 510 Unterrichtsstunden. Der Unterricht findet

dienstags und donnerstags in der Zeit von 18.15–21.30 Uhr statt.

Ein neuer Lehrgang soll im Semester I/2008 eingerichtet werden, sofern sich genügend Interessenten gemeldet haben. Dazu bitten wir um Vormerkung in der Geschäftsstelle.

Monatliche Gebühren: 60,00 ¤.

29 16

Ausbildung der Ausbilder

13. Lehrgang
Meisterprüfung Teil IV
Nach den neuen Empfehlungen des Bundesinstitutes für Berufsbildung

Der Lehrgang wendet sich vornehmlich an Ausbilder, die die Ausbilder-Qualifikation erwerben wollen; aber auch an Unternehmer und deren Mitarbeiter, die ihre Kenntnisse für die Berufsausbildung erweitern wollen.
Der Lehrgang ermöglicht eine qualifizierte Fortbildung und bereitet zielgerichtet auf die Ausbilder-Eignungsprüfung vor, die von der Industrie- und Handelskammer (IHK) Lüneburg-Wolfsburg abgenommen wird.

Der Lehrgang umfasst 104 Unterrichtsstunden und besteht aus sieben Bausteinen. Folgende Handlungsfelder und Aufgaben werden behandelt:
1. Allgemeine Grundlagen legen
2. Ausbildung planen
3. Auszubildende einstellen
4. Am Arbeitsplatz ausbilden
5. Lernen fördern
6. Gruppen anleiten
7. Ausbildung beenden.

Als Lehrplan gilt der vom Bundesinstitut für Berufsbildung empfohlene Rahmenstoffplan zur Ausbildung von Ausbildern.

Voraussetzung für die Teilnahme an der Ausbilder-Eignungsprüfung ist die fachliche Eignung gemäß § 76 Berufsbildungsgesetz. Die für die fachliche Eignung erforderlichen beruflichen Fertigkeiten und Kenntnisse besitzt, wer die Abschlussprüfung in einer dem Ausbildungsberuf entsprechenden Fachrichtung bestanden hat.
Zuzulassen ist auch, wer die übrigen Zulassungsvoraussetzungen zu einer anerkannten Fortbildungsprüfung nach § 46 BBiG erfüllt, für die die Zulassung das Bestehen der AEVO-Prüfung voraussetzt.

Ein neuer Lehrgang soll bei ausreichender Teilnehmerzahl nach den Herbstferien beginnen. Interessenten bitten wir, sich vormerken zu lassen.

Teilnahmegebühren einschließlich der Lernmittel 390,00 ¤. Prüfungsgebühren der IHK 115,00 ¤.

29 20

NLP-Practitioner

Die Fortbildung zum NLP-Practitioner (Anwender) stellt einen Einstieg ins NLP dar und bietet so die Grundlage für das Vertrautwerden mit den Techniken.
Der Begriff NLP ist eine Abkürzung für die Bezeichnung „Neuro Linguistisches Programmieren“, die auf drei wichtige Gedanken verweist:
- Menschliches Verhalten leitet sich aus den neurologischen Prozessen des Sehens, Hörens, Fühlens, Riechens und Schmeckens ab, denen jeder Mensch individuell „Sinn“ und „Bedeutung“ gibt.
- Diese “neurologischen Daten und Prozesse“ werden durch Sprache geordnet und kommuniziert.
- Menschen können wählen, wie sie mit Hilfe der Kenntnisse dieser neurolinguistischen Abläufe ihr Denken, Fühlen und Handeln so organisieren, dass sie damit die von ihnen gewünschten Ergebnisse erzielen.

Ziel der Fortbildung ist so unter anderem die Verbesserung der Wahrnehmungs-, Kommunikations- und Kontaktfähigkeit, um mit anderen Menschen ein gutes und effektives Miteinander zu ermöglichen.
Sie lernen mehr über IHRE Art, die Welt zu sehen; Sie lernen, eigene Ziele zu finden und auch zu erreichen.
NLP-Kenntnisse sind mittlerweile in vielen beruflichen Bereichen nützlich und/oder stellen eine sinnvolle Ergänzung dar.

Inhalte der Fortbildung:
- Kennenlernen und Integrieren der NLP-Axiome
- Grundlegende Inhalte, Fertigkeiten, Techniken, Muster, Methoden und Konzepte des NLP
- Grundlegende Basisfähigkeiten wie Rapportfähigkeit, Zielklarheit, Wahrnehmungsfähigkeit, Flexibilität, ressourcenorientiertes und ökologisches Vorgehen.

Unter anderem vermittelte Skills:
- Repräsentationssysteme, Rapport, Pacing und Leading, Kalibrieren
- Meta-Modell der Sprache, Ankern VAK und Zielrahmen
- Milton-Modell der Sprache, Feedback und Arbeit mit Metaphern
- Stressmanagement, Glaubenssätze und Wertesysteme
- Kontext-, Bedeutungs- und Six-Step-Refraiming und Logische Ebenen
- Strategien, T.O.T.E. Modell und Walt-Disney-Strategie
- Timeline-Strategie
- Zielorientierte Steuerung der Wahrnehmung von inneren und äußeren Prozessen.

Die Fortbildung findet berufsbegleitend, d.h. in Form von Wochenendveranstaltungen, statt und umfasst 130 Zeitstunden.

Abgeschlossen wird die Fortbildung mit einer Prüfung und der Vergabe des Zertifikats des autorisierten Berufsverbandes des „Deutschen Verbandes für Neuro-Linguistisches Programmieren (DVNLP)“.

Ein neuer Lehrgang beginnt an dem Wochenende 16./18. November 2007 und endet im September 2008. Interessenten für diesen Lehrgang können sich in der Geschäftsstelle der VHS vormerken lassen und werden dann zu einer Informationsveranstaltung eingeladen.
Bei inhaltlichen Fragen steht Ihnen die Programmbereichsleiterin, Frau Tessa Twele, Tel. 0 51 41/ 92 98 21, gern zur Verfügung.

Fortbildung zur Tagesmutter oder zum Tagesvater

Die Volkshochschule Celle plant im November in Zusammenarbeit mit dem Kreisjugendamt Celle eine Qualifizierung zur Tagespflegeperson durchzuführen.
siehe Bereich: Pädagogik/Psychologie

vhsConcept

Die Volkshochschule Celle ist Mitglied von vhsConcept, einem Entwicklungs- und Anbieterverbund von über 50 Volkshochschulen.

Unser Angebot
Wir entwickeln gemeinsam Weiterbildungsprogramme und Lehrgänge in den Bereichen Gesundheit, Erziehung/Bildung und Soziales und führen diese landesweit durch. Wir vermitteln fachliche, tätigkeitsbezogene, Arbeitsfeld erweiternde sowie Fach übergreifende Qualifikationen für berufliche, außerberufliche und nebenberufliche Tätigkeiten. Nach erfolgreichem Abschluss erhalten die Absolventen einen qualifizierten Nachweis bzw. ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen.

Qualität überall in Niedersachsen
Aufbau, Inhalte und Qualifikationsziele sind in Rahmenplänen festgelegt. Sie sind landesweit verbindlich und werden regelmäßig durch unabhängige Experten geprüft und weiterentwickelt.

Informationen
Über ein landesweites Verzeichnis oder über das Internet informieren wir Sie über alle Veranstaltungsdaten. Für weitere Informationen und Beratungen steht Ihnen Ihre Volkshochschule oder vhsConcept/ Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens zur Verfügung.

Ansprechpartner
- VHS Celle: Tessa Twele, Telefon 05141 – 92 98-21
- Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. Bödekerstr. 16, 30161 Hannover Wolfgang Probst, Telefon (0511) 300 330-67

29 26

vhsConcept: Integrative Erziehung und Bildung im Kindergarten

Die gemeinsame Erziehung und Bildung behinderter und nichtbehinderter Kinder gehören künftig zum Bildungsauftrag des Elementarbereichs. Einrichtungen für die gemeinsame Erziehung und Bildung behinderter und nichtbehinderter Kinder müssen u.a. nachweisen, dass sie über entsprechend qualifiziertes Personal verfügen. Neben sozialpädagogischen oder heilpädagogischen Fachkräften können auch Mitarbeiter/-innen eingesetzt werden, die diese berufsbegleitende Fortbildung, die vom Niedersächsischen Kultusministerium anerkannt ist, absolviert haben.

Inhalte:
- Einführung in allgemeinpädagogische Konzepte und integrative Arbeitsweisen
- Grundlagen kindlicher Entwicklung
- Integrative therapeutische Intervention
- Planung pädagogischer Prozesse, projektorientiertes Arbeiten
- Wahrnehmung – Bewegung – Kommunikation
- Therapie und Diagnostik bei behinderten Kindern
- Der integrative Kindergarten als Erfahrungsraum.

Der Lehrgang umfasst ca. 260 Unterrichtsstunden; er ist in 15 Themenbausteine untergliedert, die jeweils in Form von Wochenendveranstaltungen bzw.Wochenseminaren(Bildungsurlaub) stattfinden.

Der Lehrgang schließt mit einer Prüfung ab. Jede/-r Teilnehmer/-in erhält nach erfolgreicher Teilnahme am Lehrgang ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V.

Der Lehrgang hat an dem Wochenende 12./13. Januar 2007 begonnen und endet im Mai 2008.

Interessenten für einen neuen Lehrgang können sich in der Geschäftsstelle der VHS vormerken lassen und werden dann zu einer Informationsveranstaltung eingeladen.
Bei inhaltlichen Fragen steht Ihnen die Programmbereichsleiterin, Frau Tessa Twele, Tel. 0 51 41/ 92 98 21, gern zur Verfügung.

29 29

vhsConcept: Mediation(VHS)

Mediation ist ein klar strukturiertes Konfliktlösungsverfahren. Mediatorinnen und Mediatoren unterstützen als allparteiliche Dritte Konfliktparteien beim Prozess der Verständigung.
Mediation kann überall da sinnvoll eingesetzt werden, wo Streitigkeiten entstanden sind. Dazu gehören nicht nur Beziehungskonflikte im engeren Sinne, sondern auch Konflikte in Wirtschaft und Verwaltung, Berufs- und Arbeitswelt, Nachbarschaft und Familie, Jugendarbeit und Schule sowie im Bereich der Umwelt.
Ziel dieser berufsbegleitenden Fortbildung ist es, die Teilnehmer darin zu qualifizieren, Mediation und gewaltfreie Kommunikation im eigenen Praxis- bzw. Arbeitsfeld einzusetzen.

Die Fortbildung umfasst ca. 300 Unterrichtsstunden. Die Veranstaltungen werden an Wochenenden und als Wochenseminar (Bildungsurlaub) durchgeführt.

Zum Abschluss erfolgt eine Prüfung, deren Bestehen mit einem Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. bescheinigt wird.

Ein neuer Lehrgang beginnt an dem Wochenende 2./4. November 2007 und endet im September 2008.
Interessenten für diesen Lehrgang können sich in der Geschäftsstelle der VHS vormerken lassen und werden dann zu einer Informationsveranstaltung eingeladen.
Bei inhaltlichen Fragen steht Ihnen die Programmbereichsleiterin, Frau Tessa Twele, Tel. 0 51 41/ 92 98 21, gern zur Verfügung.

Bildungsurlaub

Programmbereichsleitung Fremdsprachen:
Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24

Programmbereichsleitung für die EDV-Seminare:
Dirk Bachmann, Tel. 05141/92 98-23

Nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz (NBildUG) können Arbeitnehmer bezahlten Bildungsurlaub nehmen, wenn sie eine nach diesem Gesetz anerkannte Bildungsveranstaltung besuchen. Die Dauer des Bildungsurlaubs, der für ein Kalenderjahr in Anspruch genommen werden kann, richtet sich nach der Zahl der wöchentlichen Arbeitstage (in der Regel: fünf Tage).
Als Arbeitnehmer im Sinne des Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetzes gelten nicht Beamte. Für sie richtet sich die Freistellung zur Teilnahme an Bildungsveranstaltungen nach den Bestimmungen der Verordnung über Sonderurlaub für Beamte und Richter.
Für die Bildungsurlaubsveranstaltungen der VHS ist die Anerkennung nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz beantragt oder liegt bereits vor. Die Bildungsurlaubsveranstaltungen erstrecken sich über mehrere Tage. Für den Unterricht ist eine tägliche Mindeststundenzahl vorgesehen.
Den vollständigen Gesetzestext und die Anmeldebestätigung, die Sie Ihrem Arbeitgeber als Mitteilung über die Inanspruchnahme und die zeitliche Lage des Bildungsurlaubs vorlegen müssen, erhalten Sie in der Geschäftsstelle der VHS.

Für die folgenden Veranstaltungen ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Schriftliche Anmeldungen sind erforderlich; diese werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt und bestätigt.

Fremdsprachen lernen im Bildungsurlaub

Um sicher zu stellen, dass alle Teilnehmer an Fremdsprachenkursen in Bildungsurlaubsform auch die notwendigen Vorkenntnisse besitzen, um effektiv mitarbeiten zu können, ist eine Teilnahme am Einstufungstest für die jeweilige Sprache notwendig.

Bitte fordern Sie bei der Anmeldung gleichzeitig die schriftlichen Unterlagen an. Informationen sind auch möglich unter Tel. 0 51 41/92 98 24.

30 01

Englische Woche – zum Auffrischen I

Sie haben geringe Anfangskenntnisse im Englischen, die Sie wieder beleben möchten?
Mit interessanten Geschichten aus verschiedenen Ländern soll das vorhandene Basiswissen belebt, verfestigt und erweitert werden. Das aktive Sprechen der Teilnehmer wird besonders gefördert und die zugrunde liegende Grammatik wird näher erläutert werden. Dabei soll der Spaß am Lernen nicht zu kurz kommen.

Dr. Anke Heins
Montag, 12. bis Freitag, 16. November,
jeweils von 8.00–16.00 Uhr
(mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
40 Unterrichtsstunden, 100,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.
Anmeldeschluss für BU-Berechtigte:
19. Oktober

30 02

Englische Woche – zum Auffrischen II

Ihre Kenntnisse im Englischen waren einmal recht gut, aber Sie möchten wieder – vielleicht nach langer Pause – in die Sprache eintauchen. Kommunikationssituationen in Beruf und Freizeit oberhalb der Grundstufe werden in diesem Seminar trainiert.

Kirsten Kelly
Montag, 26. bis Freitag, 30. November,
jeweils von 8.00–16.00 Uhr
(mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
40 Unterrichtsstunden, 100,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.
Anmeldeschluss für BU-Berechtigte:
2. November

Lehrgänge in den Justizvollzugsanstalten

Die VHS führt in den Vollzugsanstalten Celle und Salinenmoor Lehrgänge zum nachträglichen Erwerb von Schulabschlüssen durch. Die Zusammenarbeit mit der JVA Celle begann bereits im Herbst 1970; in der JVA Salinenmoor fanden die ersten Lehrgänge 1983 statt. Zusätzlich zu diesen Lehrgängen werden einzelne Kurse je nach Bedarf angeboten.
Im Semester II/2007 werden in Zusammenarbeit mit den beiden Justizvollzugsanstalten folgende Lehrgänge und Kurse stattfinden:

- Förderkurs (JVA Celle)
- Lehrgang Hauptschulabschluss (JVA Celle)
- Lehrgang Realschulabschluss (JVA Celle)
- Deutsch als Zweitsprache (JVA Salinenmoor)
- Lehrgang Hauptschulabschluss (JVA Salinenmoor)

30 03

Englische Woche – zum Auffrischen III

Diese Intensivwoche bietet Teilnehmern mit guten Vorkenntnissen (ungefähr Sekundarabschluss I / Niveau B 1) die Gelegenheit zum ausgiebigen Wiederholen und Training der früher erworbenen Fähigkeiten im Englischen. Sprechfertigkeit steht bei der Arbeit im Mittelpunkt.

Jennifer Franke
Montag, 14. bis Freitag, 18. Januar 2008, jeweils von 8.00–16.00 Uhr
(mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
40 Unterrichtsstunden, 100,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.
Anmeldeschluss für BU-Berechtigte:
21. Dezember

30 04

EDV-Finanzbuchhaltung

mit Lexware
Baustein des Lehrganges
Finanzbuchhalter/-in

In immer mehr Betrieben werden EDV-Finanzbuchhaltungsprogramme eingesetzt, da sie schnelle und exakte Informationen für betriebswirtschaftliche Entscheidungen liefern.
Der Arbeitsplatz des Finanzbuchhalters ist davon unmittelbar betroffen.

Der Kurs vermittelt am Beispiel eines professionellen Finanzbuchhaltungsprogramms folgende Inhalte:
- Einführung: Programmstart, Datensicherung, Grundeinstellungen
- Stammdaten anlegen und ändern
- Bewegungsdaten: Eröffnungsbestände, Aufbereitung von Buchungsmaterial aller relevanten Geschäftsfälle und Abschlussarbeiten
- Bildschirmauskunft, verschiedene Ausdrucke
- Auswertungen, Abschlüsse

Voraussetzungen:
Windows-Grundkenntnisse sind von Vorteil, fundierte Buchhaltungskenntnisse werden vorausgesetzt.
Der Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Lehrganges „Finanzbuchhalter (VHS)“ ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
26. Oktober

Corinna Clasen, Diplom-Kauffrau
Montag, 22. bis Freitag, 26. Oktober, jeweils 8.30–16.45 Uhr
(mit Pausen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
40 Unterrichtsstunden, 124,00 ¤ + 18,00 ¤ für Lernmittel = 142,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

30 05

EDV-Lohn-Gehaltsabrechnung

Baustein des Lehrganges Fachkraft
Lohn- und Gehaltsabrechnung

Lohn- und Gehaltsabrechnungen werden in der Praxis grundsätzlich mit Hilfe von lizenzierten PC-Anwendungsprogrammen bearbeitet. Der Kurs vermittelt am Beispiel der Software LODAS der Datev eG folgende Inhalte:
- Einrichtung von Firmen- und Personalstammdaten
- Ermittlung der Bewegungsdaten
- Erstellung der Abrechnungen aus Auswertungen

Voraussetzungen:
Windows-Grundkenntnisse sind von Vorteil, fundierte Kenntnisse in der Lohn- und Gehaltsabrechnung werden vorausgesetzt.
Der Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Lehrganges „Fachkraft Lohn- und Gehaltsabrechnung (VHS)“ ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
Samstag, 15. Dezember

Das Lehrbuch DATEV ist Pflichtlektüre.

Die Unterrichtszeiten von Montag, 10. Dezember, bis Freitag, 14. Dezember, sind als Bildungsurlaubsveranstaltung anerkannt. Für den Unterricht am Samstagvormittag kann von den Teilnehmern kein Bildungsurlaub in Anspruch genommen werden.

Sylvia Mertens, Steuerfachwirtin
Montag, 10. bis Freitag, 14. Dezember, jeweils 8.30–16.15 Uhr,
und Samstag, 15. Dezember,
9.00–12.15 Uhr
(mit Pausen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
44 Unterrichtsstunden, 136,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

EDV-Angebot

Programmbereichsleitung:
Dirk Bachmann, Tel. 05141/92 98-23

EDV-Kursberatung

Am Dienstag, 4. September, findet um 18.30 Uhr im Saal der VHS, Trift 20, eine Einführungsveranstaltung für alle neuen Interessenten an unseren EDV-Kursen statt.
Dozenten und Programmbereichsleiter erläutern Ihnen das Kurs- und Lehrgangsangebot, geben Auskunft über Inhalte und Ziele.
Eine Anmeldung zu diesem Informationsabend ist nicht erforderlich.

Sie finden EDV-Kurse und Lehrgänge in den Bereichen
- Neuer Start in den Beruf – Weiterbildung für Frauen
- EDV für Senioren
- EDV-Kurse
- Xpert Europäischer ComputerPass
- EDV-Lehrgänge
- oder in den Programmen unserer Außenstellen.

Bitte beachten Sie, dass das widerrechtliche Kopieren von lizensierter Software verboten ist und eine strafbare Handlung darstellt. Die Teilnehmer an EDV-Kursen erklären durch ihre Anmeldung, an den Anlagen der Volkshochschule und der Schulen weder Anwendungs- noch Systemsoftware unerlaubt zu kopieren.

Neuer Start in den Beruf: Weiterbildung für Frauen

EDV-Kurse für Frauen mit Windows XP

Die folgenden Kurse wenden sich an Frauen, die nach einer Familienphase wieder berufstätig werden möchten. Da die EDV in den letzten Jahren zunehmend an Bedeutung gewonnen hat und sich hierdurch besonders die Anforderungen an frauenspezifischen Arbeitsplätzen verändert haben, sollen mit dem Kursangebot erste Orientierungen zum EDV-Bereich, die nötigen Grundlagen und auch Qualifikationen für eine professionelle Anwendung vermittelt werden, um so – insbesondere für Büroberufe – die Wiedereinstiegschancen in das Berufsleben zu verbessern.

Die Teilnehmerinnen haben die Möglichkeit, den Europäischen ComputerPass Xpert zu erwerben. Das Lehrgangssystem vermittelt umfassende Kenntnisse und praktische Fertigkeiten mit gängigen Anwendungsprogrammen im Office-Bereich. Nach erfolgreichem Abschluss der beiden Pflichtmodule
- Win@Internet 1 (Grundkurs + Aufbaukurs)
- Textverarbeitung Basics (Grundkurs + Aufbaukurs)

und einem Wahlmodul wird das Zertifikat „European Computer Passport Xpert“ vergeben.
Nachdem zwei weitere Module erfolgreich absolviert wurden, wird der Abschluss „European Computer Passport Xpert Master“ erworben. Wahlmodule sind:
- Win@Internet 2
- Präsentation
- Kommunikation
- Textverarbeitung Professional
- Tabellenkalkulation
- Datenbankanwendung.

Die Prüfungen zu den genannten 3 bzw. 5 Modulen müssen in 1 ½ Jahren bzw. 3 Jahren absolviert sein.

Für die folgenden Kurse ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Schriftliche Anmeldungen sind für alle Kurse im EDV-Bereich erforderlich. Sie werden in der Reihenfolge des Einganges berücksichtigt und bestätigt.

31 01

Win@Internet 1

Grundkurs für Frauen

Die EDV hat für das Berufsleben zunehmend an Bedeutung gewonnen. Ein besonderes Interesse an den neuen Technologien haben gerade Frauen, da Computer verstärkt an frauenspezifischen Arbeitsplätzen eingesetzt werden. Für die berufliche Orientierung und Wiederaufnahme einer Berufstätigkeit sind daher heute EDV-Kenntnisse unabdingbar.
Der Kurs ist für alle gedacht, die zum ersten Mal an einem Personal-Computer (PC) arbeiten wollen. Er vermittelt Grundlagen der EDV und dient zugleich als Basis für alle weiterführenden Kurse.

Themenschwerpunkte:
- Die Benutzeroberfläche von Windows
- Dateien und Dateiverwaltung

- Nutzung des Windows Explorers
- Programme und Programmnutzung
- Arbeiten im Internet
- Nutzung des Internet Explorers
- Umgang mit Dateien, Bildern und Texten
- E-Mails schreiben, senden und empfangen

Katja Hufschmidt, Diplom-Agraringenieurin
Montag, 17. bis Freitag, 21. September,
jeweils von 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
15 Zeitstunden, 53,00 ¤ + 18,00 ¤ für Lernmittel = 71,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

31 02

Win@Internet 1

Aufbaukurs für Frauen

Die wichtigsten Anwendungsbereiche des Internets werden praktisch vermittelt.

Themenschwerpunkte:
- Dateien, Dateiverwaltung und Datenträger

- Systemsteuerung
- Arbeiten im WWW
- Recherche im WWW
- Bearbeiten von Dateien, Bildern und Texten aus dem Internet
- E-Mails mit Anlagen versenden
- Sicherheitsaspekte

Nach Absolvierung beider Kurse (Win@Internet 1: Grundkurs + Aufbaukurs) kann die Prüfung Win@Internet 1 für den Europäischen ComputerPass Xpert abgelegt werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
9. November, 13.00 Uhr

Das Lehrbuch Win@Internet ist Pflichtlektüre und zur Prüfung zugelassen.

Katja Hufschmidt, Diplom-Agraringenieurin
Montag, 5. bis Freitag, 9. November,
jeweils 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
15 Zeitstunden, 62,00 ¤ + 3,00 ¤ für Lernmittel = 65,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Umstieg auf Windows VISTA

siehe Bereich: EDV-Kurse

Umstieg auf Office 2007

siehe Bereich: EDV-Kurse

31 03

Textverarbeitung

Grundkurs für Frauen
Word 2002

Dieser Kurs und der folgende Aufbaukurs wenden sich an Teilnehmerinnen, die ihre in den Kursen Win@Internet 1 erworbenen Kenntnisse im Bereich der Textverarbeitung vertiefen möchten.

Themenschwerpunkte:
- Grundsätzliche Programmeinstellungen
- Textdateien erstellen und bearbeiten
- Zeichenformatierungen, Zeichenabstände
- Absätze gestalten (Einzüge, Rahmen, Schattierungen)
- Aufzählungen, Nummerierungen
- Tabulatoren
- Dokumente speichern und drucken

Voraussetzungen: Die Teilnehmerinnen sollten den Kurs Win@Internet 1 absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Katja Hufschmidt, Diplom-Agraringenieurin
Montag, 24. bis Freitag, 28. September,
jeweils von 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
15 Zeitstunden,
53,00 ¤ + 18,00 ¤ für Lernmittel = 71,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

31 04

Textverarbeitung

Aufbaukurs für Frauen
Word 2002

Themenschwerpunkte:
- Dateiablage
- Seitenlayout (Kopf-/Fußzeilen, mehrspaltiger Satz, Hoch-/Querformat)
- Tabellen
- Gestaltungsregeln für Standardbriefe
- AutoTexte/Textbausteine
- Serienbriefe/Etiketten

Nach Absolvierung beider Kurse (Textverarbeitung: Grundkurs + Aufbaukurs) kann die Prüfung Textverarbeitung Basics für den Europäischen ComputerPass Xpert abgelegt werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
23. November, 13.00 Uhr

Das Lehrbuch Textverarbeitung-Basics ist Pflichtlektüre und zur Prüfung zugelassen.

Katja Hufschmidt, Diplom-Agraringenieurin
Montag, 19. bis Freitag, 23. November,
jeweils von 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
15 Zeitstunden, 62,00 ¤ + 3,00 ¤ für Lernmittel = 65,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Das Wahlmodul Tabellenkalkulation – Excel wird wieder im Semester I/2008 angeboten.

31 05

Präsentation

Grundkurs PowerPoint 2002 für Frauen

PowerPoint ist ein umfassendes Präsentationsgrafikprogramm. Es bietet Ihnen alle Merkmale, die Sie für ansprechende Präsentationen benötigen: Hilfsmittel für Texterstellung und -bearbeitung, Gliederungen, Zeichnungen, Diagramme, ClipArt. Darüber hinaus stellt es eine umfangreiche Unterstützung für Sie als Vortragenden bereit und hilft Ihnen, unabhängig, schnell und mühelos hochwertige Präsentationen zu erstellen.

Themenschwerpunkte:
- Inhalt, Gestaltung und Gesamtwirkung einer Präsentation
- Präsentationsdateien erstellen, bearbeiten, drucken und speichern
- Grafische Elemente erstellen
- Tabellen
- Objekte

Voraussetzungen: Die Teilnehmerinnen sollten den Kurs Win@Internet 1 (Grundkurs

+ Aufbaukurs) absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen. Kenntnisse im Umgang mit einem Anwendungsprogramm, z.B. Textverarbeitung oder Tabellenkalkulation, sind erforderlich.

Katja Hufschmidt, Diplom-Agraringenieurin
Montag, 15. bis Donnerstag, 18. Oktober,
jeweils von 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
12 Zeitstunden, 42,00 ¤ + 18,00 ¤ für Lernmittel = 60,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlic

31 06

Präsentation

Aufbaukurs PowerPoint 2002 für Frauen

Kursteilnehmerinnen, die bereits über ausreichende Grundkenntnisse verfügen, können sich direkt für den Aufbaukurs anmelden.

Themenschwerpunkte:
- Folien, Notizen und Handzettel drucken
- Gliederungen
- Grafische Elemente anordnen, ausrichten, gruppieren
- Diagramme
- Objekte aus anderen Anwendungen, Multimedia-Effekte, Organigramme
- Vorlagen

Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Europäischen ComputerPasses Xpert ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
7. Dezember, 9.00 Uhr

Das Lehrbuch: Xpert Europäischer Computer-Pass – Präsentation (PowerPoint 2002) ist Pflichtlektüre und zur Prüfung zugelassen.

Katja Hufschmidt, Diplom-Agraringenieurin
Montag, 3. bis Donnerstag, 6. Dezember,
jeweils von 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
12 Zeitstunden, 49,00 ¤ + 3,00 ¤ für Lernmittel = 52,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

31 07

Kommunikation

Outlook 2002 für Frauen

In diesem Kurs werden die Kenntnisse über Aufbau, Arbeitsweise, Funktion und Leistungsmerkmale eines typischen Kommunikationsprogramms am Beispiel Outlook vermittelt.

Themenschwerpunkte:
- Leistungsmerkmale von Outlook
- Kontakte erstellen und bearbeiten
- Nachrichten verwalten und Abläufe automatisieren
- Kalenderdarstellungen
- Termine, Besprechungen, Ereignisse und Aufgaben verwalten

Voraussetzungen: Die Teilnehmerinnen sollten den Kurs Win@Internet 1 absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.
Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Europäischen ComputerPasses Xpert ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
11. Dezember, 9.00 Uhr

Katja Hufschmidt, Diplom-Agraringenieurin
Montag, 26. November und 10. Dezember,
Dienstag, 27. November,
Donnerstag, 29. November,
Freitag, 30. November,
jeweils 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
15 Zeitstunden, 62,00 ¤ + 18,00 ¤ für Lernmittel = 80,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

31 08

E-Mail spezial

für Frauen

Dieser Kurs wendet sich an Frauen, die künftig E-Mails senden und empfangen möchten.

Themenschwerpunkte:
- Aufbau von E-Mail-Adressen
- E-Mails versenden und empfangen
- E-Mails beantworten und weiterleiten
- E-Mails mit Anhang versenden
- E-Mails mit Lesebestätigung versenden
- Signaturen erstellen
- Junk-Mail definieren
- E-Mail-Adressen einrichten
- E-Mails-Clients (Outlook, Outlook Express, Thunderbird)
- Adressbuch anlegen
- Visitenkarten versenden
- Verteiler anlegen
- Ordner anlegen
- Nachrichtenregel erstellen

Katja Hufschmidt, Diplom-Agraringenieurin
Dienstag, 2., Donnerstag, 4. und
Freitag, 5. Oktober
(kein Unterricht am 3. Oktober),
jeweils 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
9 Zeitstunden, 32,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

EDV für Senioren

Programmbereichsleitung:
Dirk Bachmann, Tel. 05141/92 98-23

Für die folgenden Kurse ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Schriftliche Anmeldungen sind für alle Kurse im EDV-Bereich erforderlich. Sie werden in der Reihenfolge des Einganges berücksichtigt und bestätigt.

32 01

PC-Einstieg mit Windows XP

Grundkurs für Senioren am Vormittag

Wollen Sie wissen, worüber Ihre Freunde und Enkelkinder sprechen? Mit einem zweiteiligen Angebot aus einem Grundkurs und einem Aufbaukurs wollen wir den Teilnehmern den PC-Einstieg so vermitteln, dass sie die Grundfunktionen des PCs kennen und selbstständig nutzen können. Der Grundkurs richtet sich insbesondere an Teilnehmer, die auf leicht verständliche Weise Einblick in die Computerwelt nehmen wollen. Sie werden feststellen, dass „computern“ nicht schwierig ist, sondern auch Spaß machen kann und interessante Einsatzmöglichkeiten bietet.

Themenschwerpunkte:
- Grundprinzip, Aufbau und Arbeitsweise des Computers
- Grundfunktionen des Computers
- Arbeiten mit Dateien, Ordnern und Datenträgern
- Arbeiten mit Anwendungsprogrammen

Für diesen Kurs werden keine Kenntnisse vorausgesetzt.

Astrid Dolejsch, Diplom-Ingenieurin
Montag, 17. bis Freitag, 21. September,
jeweils 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
15 Zeitstunden, 53,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

32 02

PC-Einstieg mit Windows XP

Grundkurs für Senioren am Vormittag

Themenschwerpunkte siehe oben.

Johannes W. van IJzendoorn
Montag, 24. bis Freitag, 28. September,
jeweils 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
15 Zeitstunden, 53,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

32 03

PC-Einstieg mit Windows XP

Grundkurs für Senioren am Vormittag

Themenschwerpunkte siehe oben.

Helmut Weber, Diplom-Kaufmann
Montag, 8. bis Freitag, 12. Oktober,
jeweils 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
15 Zeitstunden, 53,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

32 04

PC-Einstieg mit Windows XP
Grundkurs für Senioren am Vormittag

Themenschwerpunkte siehe oben.

Johannes W. van IJzendoorn
Montag, 26. bis Freitag, 30. November,
jeweils 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
15 Zeitstunden, 53,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

32 05

PC-Einstieg mit Windows XP
Aufbaukurs für Senioren am Vormittag

Der Kurs wiederholt und vertieft die Grundkenntnisse über das Betriebssystem Windows und die Organisation von Dateien und Dokumenten. Es werden zusätzliche Funktionen des Betriebssystems erklärt.
Ziel des Kurses ist es, den Kenntnisstand der Teilnehmer durch möglichst viele Übungen zu vertiefen.

Themenschwerpunkte:
- Wiederholungsübungen
- Textverarbeitung mit WordPad
- Ordner und Datenträger
- Systemsteuerung
- Windows-"Zubehör"

Die Teilnehmer sollten den Grundkurs besucht und einige Wochen praktische Erfahrung im Umgang mit dem PC haben. Wer über ein Notebook verfügt, kann in dem Kurs mit dem eigenen Gerät arbeiten und z.B. sinnvolle Einstellungen direkt vornehmen. Die Teilnehmer sollten etwas Zeit für Übungsaufgaben am häuslichen PC einplanen. Die Aufgaben werden am nächsten Kurstag eingehend besprochen.

Astrid Dolejsch, Diplom-Ingenieurin
Montag, 15. bis Freitag, 19. Oktober,
jeweils 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
15 Zeitstunden, 53,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

32 06

PC-Einstieg mit Windows XP
Aufbaukurs für Senioren am Vormittag

Themenschwerpunkte siehe oben.

Johannes W. van IJzendoorn
Montag, 7. bis Freitag, 11. Januar 2008,
jeweils 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
15 Zeitstunden 53,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

32 07

Umstieg auf Windows VISTA
Vormittagskurs für Senioren

Microsoft hat sein Betriebssystem völlig erneuert. Der Anwender soll ohne Vorkenntnisse intuitiv die neu gestaltete grafikorientierte Benutzeroberfläche bedienen. Die integrierten kleinen Anwendungsprogramme erleichtern die tägliche Arbeit. Bisherige Windows XP-Nutzer müssen sich aber auf neue Bedienungsschritte einrichten.
Dieser Kurs bietet eine kompakte Hilfe zum Umstieg auf das aktuelle Betriebssystem. Er eignet sich für Anwender, die bereits mit Windows XP Erfahrungen gesammelt haben, ebenso aber auch für PC-Neulinge, die gleich mit Windows VISTA beginnen wollen.

Rainer Weßlowsky, Diplom-Ingenieur
Montag, 12. bis Freitag, 16. November,
jeweils 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
15 Zeitstunden, 53,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Umstieg auf Microsoft Office 2007
siehe Bereich: EDV-Kurse

32 08

Textverarbeitung
Vormittagskurs für Senioren
Word 2002 oder OpenOffice Writer

Microsoft Word ist die weltweit am meisten genutzte Textverarbeitung. Sie ist vielseitig, kostet aber auch Geld. Mit OpenOffice Writer steht inzwischen eine praktisch gleichwertige Alternative zur Verfügung, die von einer CD in Fachzeitschriften oder aus dem Internet kostenlos bezogen und genutzt werden kann.
In dem Kurs erfolgt die Einarbeitung in eine der beiden Textverarbeitungen – jeder Teilnehmer wählt für sich das Programm aus. Die Grundeinstellungen werden für beide Programme gemeinsam vorgenommen, die Übungen macht jeder Kursteilnehmer dann mit dem gewählten Programm.

Die Teilnehmer sollten den Kurs PC-Einstieg mit Windows I für Senioren besucht haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen. Kenntnisse in der Textverarbeitung sind nicht erforderlich.

Helmut Weber, Diplom-Kaufmann
Montag, 12. bis Freitag, 16. November,
jeweils 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
15 Zeitstunden, 53,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

32 09

Einführung in das Internet
Vormittagskurs für Senioren

Das Internet ist in aller Munde und gewinnt auch im alltäglichen Leben ständig an Bedeutung. Dieser praxisorientierte Kurs vermittelt Ihnen einen leichten Einstieg in dessen Welt. Sie erfahren, welche Voraussetzungen für den Betrieb des Internets nötig sind, wie das Internet funktioniert, wie Sie es gezielt für die eigenen Interessen und Bedürfnisse einsetzen können und welche Kosten Ihnen durch die Nutzung entstehen. Es werden die Anwendungsmöglichkeiten und Grenzen aufgezeigt. Der Kurs vermittelt Ihnen Grundfertigkeiten in der Nutzung des World Wide Web, dem beliebtesten Werkzeug des Internets.
Selbstverständlich werden auch andere Dienste des Internets, wie z.B. die elektronische Post (E-Mail), Suchmaschinen und Datenbeschaffung mit FTP behandelt.
Der Kurs ist für Senioren konzipiert und geht auf die spezifischen Bedürfnisse der Teilnehmer ein.

Voraussetzungen: Die Teilnehmer sollten den Kurs PC-Einstieg mit Windows I für Senioren besucht haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Astrid Dolejsch, Diplom-Ingenieurin
Montag, 1. bis Freitag, 5. Oktober
(kein Unterricht am Mittwoch, 3. Oktober),
jeweils 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
12 Zeitstunden, 42,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

32 10

Einführung in das Internet
Vormittagskurs für Senioren

Themenschwerpunkte siehe oben.

Astrid Dolejsch, Diplom-Ingenieurin
Montag, 5. bis Donnerstag, 8. November,
jeweils 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
12 Zeitstunden, 42,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

32 11

Internet Aufbaukurs
Vormittagskurs für Senioren

Der Kurs wiederholt und vertieft die Kenntnisse aus dem Einführungskurs Internet. Ziel dieses Kurses ist es, die Sicherheit im Umgang mit dem Internet zu verbessern. Es werden weitergehende Browsereinstellungen erklärt, insbesondere die individuelle Einstellung der Sicherheitsstufen und der Symbolleiste. Kleine Tricks beim Sammeln von Informationen und die Erstellung von druckfähigen Rechercheergebnissen machen die Nutzung des Internets effektiver. Die Teilnehmer lernen optimale Einstellungen für E-Mails kennen.

Die Teilnehmer sollten entweder den Einführungskurs zum Internet besucht haben oder bereits vergleichbare Kenntnisse durch praktische Erfahrungen mit dem Internet haben.

Astrid Dolejsch, Diplom-Ingenieurin
Montag, 19. bis Donnerstag, 22. November,
jeweils 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
12 Zeitstunden, 42,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

EDV-Kurse

Programmbereichsleitung:
Dirk Bachmann, Tel. 05141/92 98-23

Für die folgenden Kurse ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Schriftliche Anmeldungen sind für alle Kurse im EDV-Bereich erforderlich. Sie werden in der Reihenfolge des Einganges berücksichtigt und bestätigt.

33 01

PC-Einstieg mit Windows XP

Die Leistungsfähigkeit moderner Programme wird gegenwärtig zu einem großen Teil durch ihre Anwenderfreundlichkeit bestimmt.

Windows ist ein grafikorientiertes Programm, das dem interessierten PC-Neuling ohne Vorkenntnisse den Einstieg in die Arbeit mit einem PC wesentlich erleichtert. Darüber hinaus integriert es verschiedenste Anwenderprogramme zu einem System, dessen einfache Bedienung und Flexibilität zukunftsweisend ist und das von immer mehr Programmherstellern unterstützt wird. Der Kurs bietet eine Einführung in das Arbeiten mit Windows und eignet sich sowohl für den PC-Einsteiger als auch für Anwender, die den Umgang mit Windows-orientierten Anwenderprogrammen erlernen möchten.

Thomas Drösemeyer
mittwochs, 17.45–21.40 Uhr,
Beginn: 19. September,
(kein Unterricht am Mittwoch, 3. Oktober),
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
4 Abende, 53,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

33 02

PC-Einstieg mit Windows XP

Wochenendkurs

Themenschwerpunkte siehe oben.

Heinz-Wilhelm Hauke, Systemprogrammierer
Freitag, 5. Oktober, 17.45–21.40 Uhr,
Samstag, 6. Oktober, 8.00–17.00 Uhr,
Sonntag, 7. Oktober, 8.00–13.00 Uhr
(mit Pausen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
15 Zeitstunden, 53,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Win@Internet 1 – Windows XP

siehe Bereich:
Xpert Europäischer ComputerPass

33 03

PC-Einstieg für Fortgeschrittene

Office-Anwendungen 2002

Der Kurs wendet sich an Teilnehmer, die ihre in den Kursen PC-Einstieg mit Windows erworbenen Kenntnisse im Bereich der Office-Anwendungen vertiefen wollen.

Themenschwerpunkte:
- Allgemein: Fensteraufbau der Office-Anwendungen Word, Excel, Power-Point, Drucken und Speichern.
- Word: Texteingabe und –formatierung, Einbinden von Grafiken.
- Excel: Zellformatierung, einfache Berechnungen.
- PowerPoint: Präsentationserstellung mit dem Assistenten.

Die Teilnehmer können zum ersten Abend einen Fragenkatalog mitbringen, der gemeinsam besprochen wird.

Voraussetzungen: Die Teilnehmer sollten den Kurs PC-Einstieg mit Windows absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Heinz-Wilhelm Hauke, Systemprogrammierer
Freitag, 9. November, 17.45–21.40 Uhr,
Samstag, 10. November, 8.00–17.00 Uhr,
Sonntag, 11. November, 8.00–13.00 Uhr
(mit Pausen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
15 Zeitstunden, 53,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Microsoft-Lizenzen für Kurs-Teilnehmer

Im Rahmen einer Zusatz-Vereinbarung zum Microsoft SELECT-Vertrag zwischen dem Deutschen Volkshochschul-Verband e.V., der Microsoft Deutschland GmbH und cobra Vertrieb für Forschung & Lehre GmbH ist es Teilnehmern an EDV-Kursen der Volkshochschulen möglich, Microsoft-Produkte zu „Select-Preisen“ zu erwerben. Auszug aus dem Programm:

MS Windows Vista Business
Enthält eine Lizenz für einen Arbeitsplatz sowie die Installations-CD. Als Update-Basis muss Windows XP oder Windows 2000 vorhanden sein.
89,00 EUR inkl. MwSt.

Office 2007 Standard Edition
Enthält eine Lizenz für einen Arbeitsplatz sowie die Installations-CD. Office Standard Edition beinhaltet Word 2007, Excel 2007, PowerPoint 2007 und Outlook 2007.
99,00 EUR inkl. MwSt.

Office 2007 Professional Plus
Enthält eine Lizenz für einen Arbeitsplatz sowie die Installations-CD. Office Professional Plus beinhaltet Word 2007, Excel 2007, PowerPoint 2007, Outlook 2007, Publisher 2007 und Access 2007.
119,00 EUR inkl. MwSt.

Voraussetzungen zum Bezug der Software:

Bezugsberechtigt ist jeder Teilnehmer eines EDV-Kurses an der Volkshochschule Celle. Teilnehmer an anderen VHS-Kursen sind nicht zum Bezug einer Microsoft-Lizenz für Kursteilnehmer berechtigt.

Die Verwendung der Software darf ausschließlich für private Zwecke in Übereinstimmung mit dem Lizenzvertrag erfolgen. Jegliche kommerzielle Verwendung der Software ist untersagt. Pro Kurs-Teilnehmer kann nur jeweils eine Version von Office 2007 und Windows Vista erworben werden. Dies gilt unabhängig davon, wie viele EDV-Kurse von einem Teilnehmer besucht werden.

Der Bezug einer Microsoft-Lizenz ist wie folgt möglich:

1. Der interessierte Kurs-Teilnehmer erhält von seinem Dozenten das Bestellformular, den Microsoft-Studenten-Lizenzvertrag und die aktuelle Teilnahmebescheinigung.
2. Der Teilnehmer richtet seine Bestellung unter Anlage des ausgefüllten Microsoft-Studenten-Lizenzvertrages (2-fach) sowie der Teilnahmebescheinigung der VHS per Briefpost direkt an die Firma cobra.
3. Die Auslieferung der Software sowie die Rücksendung eines Exemplares des akzeptierten Microsoft-Studenten-Lizenzvertrages und die Rechnungsstellung erfolgt direkt an den Kurs-Teilnehmer. Die Lieferzeit beträgt in der Regel 5 - 6 Werktage. Aufgrund der Zahlungsbedingungen der Firma cobra können Auslieferungen an Privatkunden nur per Nachnahme oder per Lastschrift erfolgen.

33 04

Umstieg auf Windows VISTA

Wochenendseminar

Microsoft hat sein Betriebssystem völlig erneuert. Bisherige Windows XP-Nutzer müssen sich auf zum Teil völlig neue Funktionen einstellen.
Dieser Kurs bietet eine kompakte Hilfe zum Umstieg auf das aktuelle Betriebssystem. Es werden die Neuerungen erklärt und die neuen Bedienungsschritte geübt. Zusätzlich werden die Änderungen bei bekannten Anwendungsprogrammen sowie die neuen integrierten Programme vorgestellt. Der Kurs eignet sich für Anwender, die bereits mit XP Erfahrungen gesammelt haben.

Vorausgesetzt wird ein sicherer Umgang mit Windows.

Rainer Weßlowsky, Diplom-Ingenieur
Freitag, 11. Januar 2008, 17.00–21.30 Uhr,
Samstag, 12. Januar 2008, 9.00–17.00 Uhr
(mit Pausen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
10 Zeitstunden, 35,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

33 05

Umstieg auf Microsoft Office 2007

Wochenendseminar

Microsoft hat seine Office-Software völlig erneuert. Der Anwender soll intuitiv die neu gestaltete grafikorientierte Benutzeroberfläche bedienen. Die neuen Symbolleisten erleichtern die tägliche Arbeit. Bisherige Office-Nutzer müssen sich jedoch auf zum Teil völlig neue Bedienungsschritte einrichten.
Dieser Kurs bietet eine kompakte Hilfe zum Umstieg auf die aktuelle Office-Suite. Anhand von Beispielen werden praxisnahe Ergebnisse für viele tägliche Arbeiten gezeigt, um schnell zu ansprechenden Ergebnissen zu gelangen.

Vorausgesetzt wird der sichere Umgang mit einem PC sowie Erfahrung mit Microsoft Office-Programmen.

Rainer Weßlowsky, Diplom-Ingenieur
Freitag, 25. Januar 2008, 17.00–21.30 Uhr,
Samstag, 26. Januar 2008, 9.00–17.00 Uhr,
Sonntag, 27. Januar 2008, 9.00–12.15 Uhr
(mit Pausen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
13 Zeitstunden, 46,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

33 06

Firefox

Alternative zum Internet Explorer

Das Programm Internet Explorer der Firma Microsoft ist der meist verwendete Browser zum Surfen im Internet. Nicht zuletzt durch seine immer wieder in der Presse publizierten Sicherheitslücken geriet dieses Programm in die Kritik.
Eine von Experten empfohlene Alternative ist Mozilla Firefox. Dieser Browser bietet die Möglichkeit, Schriften durch Tastendruck vergrößert darzustellen und mehrere Internetseiten gleichzeitig zu öffnen. Anpassungen an die eigenen Bedürfnisse werden durch eine Vielzahl von kostenlosen Erweiterungen möglich.

Kursinhalte:
- Favoritenübernahme aus dem Internet Explorer
- Tabbed-Browsing

(mehrere Seiten gleichzeitig)
- Pop-Up-Blocker
- Erweiterungen installieren
- Downloadmanager

Matthias Claußen
Dienstag, 20. November, 18.30–21.40 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 11,00 ¤.

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die ihren Computer ordnen wollen.

Themenschwerpunkte:
- Übersicht über die Datenträger
- Anlegen, löschen und verschieben von Ordnern
- Kopieren, verschieben und löschen von Dateien

33 07

Textverarbeitung

Word 2002 oder OpenOffice Writer
Wochenendseminar

Microsoft Word ist die weltweit am meisten genutzte Textverarbeitung. Sie ist vielseitig, kostet aber auch Geld. Mit OpenOffice Writer steht inzwischen eine praktisch gleichwertige Alternative zur Verfügung, die von einer CD in Fachzeitschriften oder aus dem Internet kostenlos bezogen und genutzt werden kann.
In dem Kurs erfolgt eine Einarbeitung in eine der beiden Textverarbeitungen – jeder Teilnehmer wählt für sich das Programm aus. Die Grundeinstellungen werden für beide Programme gemeinsam vorgenommen, die Übungen macht jeder Kursteilnehmer dann mit dem gewählten Programm.

Die Teilnehmer sollten den Kurs PC-Einstieg mit Windows besucht haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen. Kenntnisse in der Textverarbeitung sind nicht erforderlich.

Helmut Weber, Diplom-Kaufmann
Freitag, 30. November, 17.30–20.45 Uhr,
Samstag, 1. Dezember, 9.00–16.15 Uhr
(mit Pausen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
9 Zeitstunden, 32,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

33 08

Ordnung auf dem Computer

Der Computer hat Einzug in unseren Alltag gehalten. Sie wenden Programme an, speichern Ihre Dateien und finden sie auch manchmal wieder.
- Suchen von Dateien
- Verknüpfungen erstellen

Katja Hufschmidt, Diplom-Agraringenieurin
Donnerstag, 11. und Freitag, 12. Oktober,
jeweils 8.30–11.40 Uhr,
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
6 Zeitstunden, 21,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

33 09

Tabellenkalkulation

Grundkurs Excel 2002
Wochenendkurs

Dieser Kurs vermittelt Fertigkeiten mit einem typischen Kalkulationsprogramm.

Themenschwerpunkte:
- Überblick über die prinzipielle Funktionsweise von Tabellenkalkulationsprogrammen
- Arbeiten mit Tabellen und Arbeitsmappen
- Nützliche Funktionen für die Berechnung der Tabellen
- Diagrammbearbeitung

Vorausgesetzt werden grundlegende Kenntnisse des Betriebssystems Windows und einer Office-Anwendung.

Dr. Detlef Häusler
Freitag, 2. und 16. November,
18.00–21.15 Uhr,
Samstag, 3. und 17. November,
9.00–14.00 Uhr
(mit Pausen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
15 Zeitstunden, 53,00 ¤ + 18,00 ¤ für Lernmittel = 71,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Tabellenkalkulation I – Excel 2002

siehe Bereich:
Xpert Europäischer ComputerPass

33 10

Tabellenkalkulation

Funktionen mit Excel 2002

Themenschwerpunkte:
- WENN-Funktion
- Verweise
- Verknüpfungen
- Textfunktionen

Grundkenntnisse im Umgang mit Excel werden vorausgesetzt.

Dr. Detlef Häusler
Freitag, 14. Dezember, 18.00–21.15 Uhr,
Samstag, 15. Dezember, 9.00–16.00 Uhr
(mit Pausen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
9 Zeitstunden, 32,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Datenbankanwendung

siehe Bereich:
Xpert Europäischer ComputerPass

33 11

PowerPoint 2002

für Vereinsarbeit und Ehrenamt
Wochenendseminar

Unterstützen Sie Ihren Vortrag oder Jahresbericht visuell und gestalten Sie Plakate und Flyer. Lernen Sie die Programmfunktionen in PowerPoint besser kennen. Setzen Sie Texte, Bilder, Objekte, Diagramme, Organigramme und Animationen sinnvoll ein. Wir erarbeiten die wichtigsten Prinzipien für eine publikumsgerechte grafische Gestaltung.

Voraussetzung für die Teilnahme sind der sichere Umgang mit dem PC sowie Grundkenntnisse in PowerPoint oder ähnlichen Programmen.

Martina Boden, Journalistin
Samstag, 6. Oktober, 9.30–16.45 Uhr
(mit Pausen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
6 Zeitstunden, 21,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

33 12

PowerPoint 2002 für Fortgeschrittene

Wochenendseminar

In diesem Kurs werden die Fähigkeiten erweitert, die die Teilnehmer im Grund- und Aufbaukurs (siehe Kurs Nr. 3405, 3406) erworben haben, so dass sie bestimmte fortgeschrittene Funktionen von PowerPoint nutzen können.

Themenschwerpunkte:
- Planung und Gestaltung einer Präsentation
- Einsatz von Vorlagen und Masterfolien
- Nutzung von interaktiven Schaltflächen und Hyperlinks
- zielgruppenorientierte Präsentation
- fortgeschrittene Animationstechniken
- Multimedia in Präsentationen (Video und Sound)
- Präsentation auf CD verpacken
- Erstellen von Begleitmaterial (Handzettel und Notizseiten)

Die Teilnehmer können zum ersten Abend einen Fragenkatalog mitbringen, der gemeinsam besprochen wird.

Vorausgesetzt werden sichere Windowskenntnisse sowie Grundkenntnisse im Bereich Textverarbeitung (Word) und Präsentation (PowerPoint).

Heinz-Wilhelm Hauke, Systemprogrammierer
Freitag, 23. November, 17.45–21.40 Uhr,
Samstag, 24. November, 8.00–17.00 Uhr,
Sonntag, 25. November, 8.00–13.00 Uhr
(mit Pausen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
15 Zeitstunden, 53,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

33 13

MP3 – Digitalisierte Musik

Der Walkman/Discman hat ausgedient. Wer unterwegs gern Musik hört, weicht auf MP3-Player aus. Diese kleinen und leichten Geräte verwalten digitalisierte Musik und spielen sie ohne Störungen (z.B. durch Erschütterungen) ab.
Doch wie kommt die Musik von der eigenen Audio-CD auf den Player oder PC?
Es wird gezeigt und an praktischen Übungen ausprobiert, wie mit einem kostenlosen Programm die Lieblingslieder digitalisiert werden.

Kursinhalte:
- Der MP3-Player: die neue Technik
- Software zur Digitalisierung
- Qualitätsstufen der digitalisierten Musik
- Musiktransport auf den MP3-Player
- ID3-Tag

Mitzubringen ist von jedem Teilnehmer eine Audio-CD.

Matthias Claußen
Dienstag, 13. November, 18.30–21.40 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 11,00 ¤.

33 14

Arbeiten mit CorelDRAW 12.0

Einführung
Wochenendseminar (Teil 1)

CorelDRAW ist eines der bekanntesten Grafikprogramme für den PC im Bereich der Vektorgrafik. Aufgrund seines großen Funktionsumfanges bietet es Anwendern im beruflichen und privaten Bereich vielfältige Möglichkeiten, grafische Aufgaben umzusetzen, wie z.B. einfache Logos, professionelle Illustrationen oder komplexe technische Zeichnungen.
Die beiden Einführungskurse vermitteln die Grundlagen der Grafikbearbeitung, insbesondere im Bereich der Vektorgrafik, den Umgang mit CorelDRAW und den Werkzeugen sowie die Technik zur Erstellung einfacher Grafiken.

Themenschwerpunkte:
- Inhalt des Paketes – Programmvorstellungen
- Grundlagen der Grafikbearbeitung mit CorelDRAW
- Programmoberfläche
- Grafikwerkzeuge
- Einfache Objekte erstellen
- Objekte bearbeiten, verändern
- Texteingabe
- Kombination von Grafik und Text
- Drucken

Vorausgesetzt wird ein sicherer Umgang mit Windows.

Rainer Weßlowsky, Diplom-Ingenieur
Freitag, 19. Oktober, 17.00–21.30 Uhr,
Samstag, 20. Oktober, 9.00–17.00 Uhr
(mit Pausen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
10 Zeitstunden, 41,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

33 15

Arbeiten mit CorelDRAW 12.0

Einführung
Wochenendseminar (Teil 2)

Themenschwerpunkte:
- Grundlagen der zusätzlichen Programmmodule
- Programmoberflächen
- Möglichkeiten der einzelnen Module
- Verknüpfungen zwischen den Modulen
- Im- und Export
- Vorbereitung zur weiteren Bearbeitung in anderen Programmen
- Welche Grafik-/Bilddateien für was (Dateiendungen sind wichtig)
- Erweiterte Druckmöglichkeiten

Mitarbeiterfortbildung für Firmen

Unsere Leistungen:
- Personal-/ Organisationsentwicklung
- Recht
- Betriebswirtschaft
- EDV-Anwendung
- Fremdsprachen
- Rhetorik
- Gesundheit am Arbeitsplatz

Ihre Vorteile:
- Trainer und Referenten aus der Wirtschaft
- Inhalte und Ziele werden mit Ihnen vereinbart
- Termine werden mit Ihnen abgestimmt; auch am Abend oder am Wochenende
- Für Schulungszwecke speziell eingerichtete EDV-Räume
- Inhouse-Schulungen ersparen zeitlichen Aufwand
- Fair kalkulierte Preise
- Kostenloses Vorgespräch auch in Ihrem Haus
- Die Anzahl der teilnehmenden Personen bestimmen Sie

Nähere Informationen erhalten Sie bei:
Dirk Bachmann, Tel.: (0 51 41) 92 98-23
E-Mail: d.bachmann@vhs-celle.de

Vorausgesetzt werden ein sicherer Umgang mit Windows und die Kenntnisse aus dem Einführungskurs Teil 1.

Rainer Weßlowsky, Diplom-Ingenieur
Freitag, 16. November, 17.00–21.30 Uhr,
Samstag, 17. November, 9.00–17.00 Uhr
(mit Pausen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
10 Zeitstunden, 41,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Digitale Bildverarbeitung Bildgestaltung am PC

siehe Bereich: Foto / Video

Schularbeiten super einfach

siehe Bereich: Junge Volkshochschule

33 16

DSL – der schnelle Internetzugang

Die Werbung verspricht schnelles Surfen im Internet und kinderleichtes Installieren von DSL-Technik im heimischen Umfeld. Häufig stellen sich zahlreiche Fragen.

Kursinhalte:
- Kann jeder diese neue Technik nutzen?
- Was ist DSL überhaupt?
- Wie funktioniert die Technik?
- Welche Vor- und Nachteile hat DSL?
- Was kostet DSL?
- Welchen Tarif brauche ich?

In diesem Kurs sollen die grundlegenden Aspekte der neuen Technik aufgezeigt werden, damit bei einem Umstieg bereits im Vorfeld Unsicherheiten ausgeräumt sind.
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die auf den DSL-Zug aufsteigen möchten.

Matthias Claußen
Donnerstag, 27. September,
18.30–21.40 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 11,00 ¤.

33 17

DSL-Router konfigurieren

Fast alle DSL-Anbieter locken den Kunden mit kostenloser bzw. kostengünstiger Hardware. So finden sich neben DSL-Modem noch weitere Geräte, die einzustellen (zu konfigurieren) sind.
In diesem Kurs wird aufgezeigt, welche Objekte in einem Router eingestellt werden können, um das eigene Heimnetzwerk (Funk oder Kabel) einzurichten.

Kursinhalte:
- Router
- DHCP
- Router-Firewall
- Netzwerk
- WLAN
- Verschlüsselung

Mitzubringen ist – sofern vorhanden – die Bedienungsanleitung des eigenen Routers.

Matthias Claußen
Dienstag, 16. Oktober, 18.30–21.40 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 11,00 ¤.

33 18

Homepage – einfach begonnen

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer, die mit einfachen Mitteln eine Homepage erstellen möchten. Es werden die Grundkenntnisse der Internetseitenerstellung mit Hilfe von kostenloser Software, wie z.B. Homepage-Editor und Bildbearbeitungsprogramm, in Übungen erworben. Die vermittelten Fertigkeiten sollen den Kursteilnehmer in die Lage versetzen, seine erstellte Homepage mittels eines FTP-Client im Internet zu platzieren.

Themenschwerpunkte:
- Voraussetzungen zur Homepagegestaltung
- Was ist HTML?
- Welche Programme brauche ich zur Gestaltung von Internetseiten?
- Erstellung einer Website
- Textformatierungen
- Einfügen von Grafiken/Bildern
- Navigation/Hyperlinks
- Tabellen
- WWW-Seite ins Internet bringen

Vorausgesetzt werden grundlegende Windows-Kenntnisse sowie Kenntnisse im Bereich Textverarbeitung, Grafikprogramm und Internet.

Matthias Claußen
donnerstags, 18.30–21.40 Uhr,
Beginn: 4. Oktober,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
3 Abende, 39,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich. Bei der Anmeldung bitte – soweit vorhanden – die E-Mail-Adresse angeben.

33 19

Homepage – einfach begonnen

Themenschwerpunkte siehe oben.

Matthias Claußen
donnerstags, 18.30–21.40 Uhr,
Beginn: 8. November,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
3 Abende, 39,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich. Bei der Anmeldung bitte – soweit vorhanden – die E-Mail-Adresse angeben.

33 20

Homepage – erweiterte Funktionen

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die bereits Grundkenntnisse in dem Kurs „Homepage – richtig begonnen“ erworben haben.
Um eine Homepage attraktiver zu gestalten, können zusätzliche Elemente verwendet werden. Hierzu ist der Einsatz von Cascading Style Sheet (CSS), Formularen, JavaScript-Erweiterungen und Image Map (Teile einer Grafik sind anklickbar) sinnvoll. In diesem Kurs soll vermittelt werden, wie diese zusätzlichen Bausteine in eine Homepage integriert werden können. Es kommen fertige JavaScripte zum Einsatz, die in der eigenen Homepage verwendet werden können.

Themenschwerpunkte:
- Frames
- Cascading Style Sheet (CSS)
- JavaScript
  (Implementierung von bestehenden Scripten)
- Image Map
- einfaches Formular erstellen

Vorausgesetzt werden grundlegende Windows- und HTML-Kenntnisse, sowie Kenntnisse im Bereich Textverarbeitung, Grafikprogramm und Internet.

Matthias Claußen
donnerstags, 18.30–21.40 Uhr,
Beginn: 29. November,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
3 Abende, 39,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

33 21

Dynamische Webseiten mit PHP & MySQL

Einführung in die Erstellung von Datenbank gestützten Webseiten mit PHP und MySQL

Themenschwerpunkte:
- Einrichtung einer MySQL-Datenbank
- Datentabellen anlegen, ändern, löschen
- Datenbankadministration mit phpMyAdmin
- Syntax und Funktionen von PHP
- Herstellen einer Datenbankverbindung mit PHP
- Arbeiten mit SQL-Befehlen unter PHP
- Darstellung von Datenbankinhalten auf Webseiten
- Auswertung und Speicherung von Formulareingaben in der Datenbank

Voraussetzungen:
HTML-Kenntnisse, Programmier-Kenntnisse, Interesse an der Programmierung und am Verständnis der Abläufe zwischen Webserver und Webbrowser.

Carsten Holdack,
System- und Netzwerkadministrator
montags, 18.30–21.40 Uhr,
Beginn 17. September,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
10 Abende, 106,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

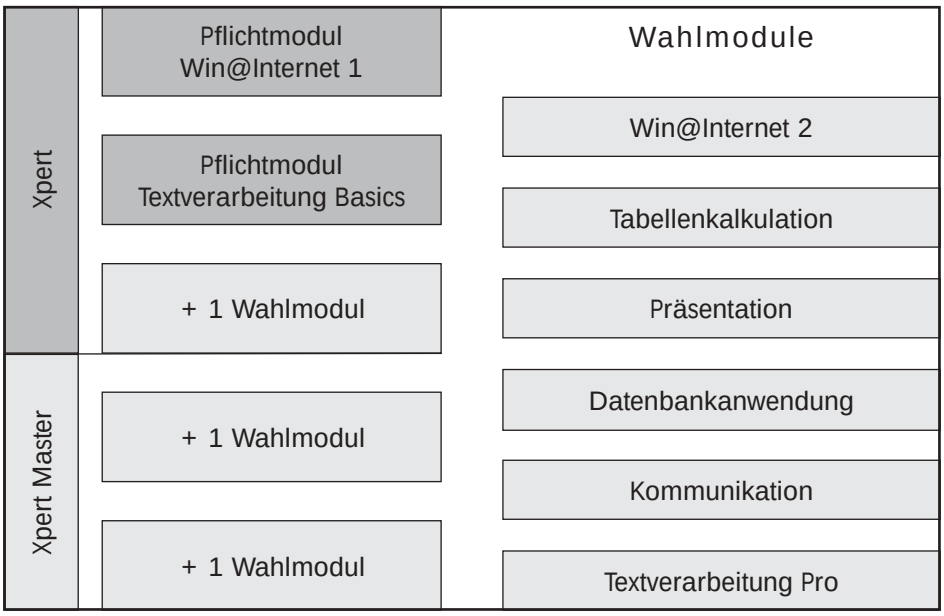
Xpert Europäischer ComputerPass

Programmbereichsleitung:
Dirk Bachmann, Tel. 05141/92 98-23

Xpert Europäischer ComputerPass

Das Lehrgangssystem vermittelt umfassende Kenntnisse und praktische Fertigkeiten mit gängigen Anwenderprogrammen im Office-Bereich.

Das Lehrgangssystem umfasst folgende acht Module:



Die Module schließen mit einer europaweit einheitlichen Prüfung ab. Für jede bestandene Prüfung wird ein Zeugnis vergeben. Die Prüfungsgebühr beträgt pro Prüfung 45,00 ¤.
Nach erfolgreichem Abschluss der beiden Pflichtmodule „Win@Internet 1“ und „Textverarbeitung Basics“ und einem Wahlmodul wird der Abschluss zum „European Computer Passport Xpert“ erreicht. Nachdem zwei weitere Module erfolgreich absolviert wurden, wird der Abschluss „European Computer Passport Xpert Master“ erworben.

Die Prüfungen zu den genannten 3 bzw. 5 Modulen müssen in 1 ½ bzw. 3 Jahren absolviert sein.
Die Lehrgänge können auch von Teilnehmern besucht werden, die nicht den Abschluss European Computer Passport anstreben.

EDV-Kursberatung
Am Dienstag, 4. September, findet um 18.30 Uhr im Saal der VHS, Trift 20, eine Einführungsveranstaltung für alle neuen Interessenten an unseren EDV-Kursen statt.
Dozenten und Programmbereichsleiter erläutern Ihnen das Kurs- und Lehrgangsangebot, geben Auskunft über Inhalte und Ziele.
Eine Anmeldung zu diesem Informationsabend ist nicht erforderlich.

Für die folgenden Kurse ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Schriftliche Anmeldungen sind für alle Kurse im EDV-Bereich erforderlich. Sie werden in der Reihenfolge des Einganges berücksichtigt und bestätigt.

34 01

Win@Internet 1

Windows XP

Dieser Kurs ist für alle gedacht, die zum ersten Mal an einem Personal Computer (PC) arbeiten wollen. Er vermittelt die Grundlagen der EDV und dient zugleich als Basis für alle weiterführenden Kurse.

Themenschwerpunkte:
- Aufbau und Aufgaben der Computerhardware
- Bedienung und Anpassung der Benutzeroberfläche
- Programme und Programmnutzung
- Grundlagen Internet
- Nutzung des Internet Explorer
- Arbeiten und Recherche im WWW
- Elemente einer Webseite
- Arbeiten mit E-Mail
- Sicherheitsaspekte

Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Europäischen ComputerPasses Xpert ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
18. Dezember

Heinz-Wilhelm Hauke, Systemprogrammierer
dienstags, 18.30–21.40 Uhr,
Beginn: 18. September,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
11 Abende, 136,00 ¤ + 18,00 ¤ für Lernmittel = 154,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

34 02

Win@Internet 2
Windows XP

Die Nutzung von Windows XP bietet viel mehr Möglichkeiten als sich auf den ersten Blick erahnen lässt. Vor allem die Verschmelzung lokaler Arbeit mit dem Internet ist für so manchen eine Herausforderung.
Dieser Kurs ist für alle gedacht, die ihren PC aktiv beherrschen und nach ihren eigenen Vorstellungen einrichten wollen, ohne die Sicherheit aus den Augen zu verlieren.

Themenschwerpunkte:
- Konfiguration individueller Einstellungen
- Fortgeschrittene Dateiverwaltung
- Arbeiten im lokalen Netzwerk und im Internet
- System- und Datensicherheit
- Verwendung von Benutzerkonten

Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Europäischen ComputerPasses Xpert ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
29. Januar 2008

Dr. Detlef Häusler
dienstags, 18.30–21.40 Uhr,
Beginn: 6. November,
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
10 Abende, 124,00 ¤ + 18,00 ¤ für Lernmittel = 142,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Netzwerk- und Internettechnologie
siehe Bereich: EDV-Lehrgänge

34 03

Textverarbeitung – Basics
Word 2002

Der im Büro anfallende Schriftverkehr besteht überwiegend aus immer wiederkehrenden Textteilen, deren Bearbeitung mit Textverarbeitungssystemen wesentlich vereinfacht werden kann: Einmal geschriebene und gespeicherte Texte können schnell und einfach ohne erneute Erfassung korrigiert, ergänzt, verkürzt und umgestellt werden.

Themenschwerpunkte:
- Grundsätzliche Programmeinstellungen
- Textdateien erstellen und bearbeiten
- Zeichenformatierungen, Zeichenabstände
- Absätze gestalten (Einzüge, Rahmen, Schattierungen)
- Aufzählungen, Nummerierungen
- Tabulatoren
- Dokumente speichern und drucken
- Dateiablage
- Seitenlayout (Kopf-/Fußzeilen, mehrspaltiger Satz, Hoch-/Querformat)
- Tabellen
- Gestaltungsregeln für Standardbriefe
- AutoTexte/Textbausteine
- Serienbriefe/Etiketten

Voraussetzungen: Die Teilnehmer sollten den Kurs Win@Internet 1 absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.
Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Europäischen ComputerPasses Xpert ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
17. Januar 2008

Peter Hoffmanns, Diplom-Verwaltungswirt
donnerstags, 18.15–21.30 Uhr,
Beginn: 20. September,
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
12 Abende, 148,00 ¤ + 18,00 ¤ für Lernmittel = 166,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

34 04

Tabellenkalkulation
Excel 2002

Das Programmpaket Microsoft Excel ist ein Instrument für Planungen und Berechnungen, Entscheidungsfindungen und Präsentationserstellungen. Es können Dokumentationen mit Grafiken und Tabellen ohne große Probleme veranschaulicht und übersichtlich aufbereitet werden. Angebots- und Preiskalkulationen, Statistiken und Kostenanalysen lassen sich schneller und genauer erstellen.

Themenschwerpunkte:
- Prinzipielle Funktionsweise von Tabellenkalkulationsprogrammen
- Tabellen erstellen, gestalten und ausdrucken
- einfache und verschachtelte Verknüpfungen anwenden
- Funktionen anwenden
- Präsentationsgrafiken erstellen

Voraussetzungen: Die Teilnehmer sollten den Kurs Win@Internet 1 absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.
Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Europäischen ComputerPasses Xpert ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
21. Januar 2008

Michael Heuer
montags, 18.30–21.40 Uhr,
Beginn: 17. September,
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
13 Abende, 161,00 ¤ + 18,00 ¤ für Lernmittel = 179,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

34 05

Präsentation
Grundkurs PowerPoint 2002
Wochenendkurs

PowerPoint ist ein umfassendes Präsentationsgrafikprogramm. Es bietet Ihnen alle Merkmale, die Sie für ansprechende Präsentationen benötigen: Hilfsmittel für Texterstellung und -bearbeitung, Gliederungen, Zeichnungen, Diagramme, ClipArt. Darüber hinaus stellt es eine umfangreiche Unterstützung für Sie als Vortragenden bereit und hilft Ihnen, unabhängig, schnell und mühelos hochwertige Präsentationen zu erstellen.

Themenschwerpunkte:
- Inhalt, Gestaltung und Gesamtwirkung einer Präsentation
- Präsentationsdateien erstellen, bearbeiten, drucken und speichern
- Grafische Elemente erstellen
- Tabellen
- Objekte

Voraussetzungen: Die Teilnehmer sollten den Kurs Win@Internet 1 absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen. Kenntnisse im Umgang mit einem Anwendungsprogramm, z.B. Textverarbeitung oder Tabellenkalkulation, sind erforderlich.

Helmut Weber, Diplom-Kaufmann
Freitag, 9. November, 17.30–21.00 Uhr,
Samstag, 10. November, 9.00–17.00 Uhr,
Sonntag, 11. November, 9.00–12.30 Uhr (mit Pausen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
12 Zeitstunden, 42,00 ¤ + 18,00 ¤ für Lernmittel = 60,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

34 06

Präsentation
Aufbaukurs PowerPoint 2002
Wochenendkurs

Kursteilnehmer, die bereits über ausreichende Grundkenntnisse verfügen, können sich direkt für den Aufbaukurs anmelden.

Themenschwerpunkte:
- Folien, Notizen und Handzettel drucken
- Gliederungen
- Grafische Elemente anordnen, ausrichten, gruppieren
- Diagramme
- Objekte aus anderen Anwendungen, Multimedia-Effekte, Organigramme
- Vorlagen

Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Europäischen ComputerPasses Xpert ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
9. Dezember

Das Lehrbuch: Xpert Europäischer ComputerPass – Präsentation (PowerPoint 2002) ist Pflichtlektüre und zur Prüfung zugelassen.

Helmut Weber, Diplom-Kaufmann
Freitag, 7. Dezember, 17.30–21.00 Uhr,
Samstag, 8. Dezember, 9.00–17.00 Uhr,
Sonntag, 9. Dezember, 9.00–12.30 Uhr (mit Pausen),
EDV-Raum der VHS, Trift 20, Raum B,
12 Zeitstunden, 49,00 ¤ + 3,00 ¤ für Lernmittel = 52,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

34 07

Datenbankanwendung
Access 2002

Die Datenmenge, die heutzutage in allen Bereichen anfällt, wächst ständig. Mit Hilfe moderner Datenbanksysteme kann auch mit Personalcomputern umfangreiches Datenmaterial gespeichert, verarbeitet und ausgewertet werden.

Themenschwerpunkte:
- Grundlagen der Datenbankanwendung

- Funktionen zum Auffinden und Auswerten von Daten in Datenbanken
- Funktionen zur Anordnung von Datensätzen in Datenbanken
- Gestaltung von Berichten
- weiterführende Funktionen zur Verknüpfung von Datenbanken und zum Datenaustausch zwischen Programmen

Voraussetzungen:
Die Teilnehmer sollten den Kurs Win@Internet 1 und mindestens einen Applikationskurs – vornehmlich Tabellenkalkulation – absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Auf Wunsch der Teilnehmer kann der Kurs um 3 Abende verlängert werden. Im Anschluss daran ist die Möglichkeit gegeben, eine Prüfung, die Bestandteil des Europäischen ComputerPasses Xpert ist, abzulegen.

Barbara Mund,
Master Instructor Microsoft Office 2000
donnerstags, 18.30–21.40 Uhr,
Beginn: 20. September,
EDV-Raum der Grund- und Hauptschule Wietzenbruch, Waldschmiede 3,
10 Abende, 124,00 ¤ + 18,00 ¤ für Lernmittel = 142,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

EDV-Lehrgänge

Programmbereichsleitung:
Dirk Bachmann, Tel. 05141/92 98-23

PC-System-Betreuer

Der Lehrgang PC-System-Betreuer(VHS) vermittelt weiterführende Kenntnisse in den Bereichen
- Betriebssystem, Anwendersoftware
- Hardware (Installation, Reparatur, Erweiterung)
- Anwenderunterstützung (Organisation und Dokumentation von Hard- und Software, Anwenderberatung).

Der PC-System-Betreuer ist in seiner Firma kompetenter Ansprechpartner für
- den Anwender
- die Geschäftsleitung
- und Supportfirmen

Er installiert Hardware, Betriebssysteme und Anwenderprogramme im Firmennetz, analysiert Fehler, trifft Maßnahmen zur Fehlervermeidung, berät bei Beschaffung und Modernisierung von PC-Systemen, kennt die Abläufe im Betrieb und kann die Anforderungen an die EDV vorgeben.

Der Lehrgang besteht aus den Bausteinen:

• PC-Technik und -Konfiguration	52 UStd.
• PC-Systemsupport	52 UStd.
• Linux	60 Ustd.
• Netzwerk- und Internettechnologie	52 Ustd.
• Windows Server	60 Ustd.

Die Bausteine schließen jeweils mit einer landeseinheitlichen Prüfung des Landesverbandes der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. ab. Die Prüfungsgebühr beträgt pro Baustein 50,00 ¤; für die Bausteine Netzwerk- und Internettechnologie und Linux 45,00 ¤.
Nach erfolgreichem Abschluss von vier frei wählbaren Bausteinen erhalten die Teilnehmer das Gesamtzertifikat „PC-System-Betreuer“. Darüber hinaus erhält jeder Teilnehmer ein Zeugnis für die erfolgreiche Prüfung der einzelnen Bausteine.
Die Prüfungen müssen in einem Zeitraum von 2 ½ Jahren absolviert werden.

35 01

PC-Technik und Konfiguration

In diesem Baustein erwerben Sie Kenntnisse, die Ihnen helfen, PCs nach Ihren Anforderungen zu konfigurieren und zu erweitern. So können Sie entweder beim Neukauf eines Komplett-PCs dessen Eigenschaften professionell einschätzen oder sich sogar einen PC nach Maß selber zusammenstellen, bauen und aufrüsten.

Themenschwerpunkte:
Leistungsmerkmale eines PC-Systems, PC-Hardware auswählen, einbauen, konfigurieren und in Betrieb nehmen: Bauformen von PCs (PC-Gehäuse und Netzteile); Hauptplatinen und ihre Komponenten; PC-Prozessoren, Speicher und deren Unterscheidungsmerkmale; Grafikkarten, Monitore und deren Abstimmung; Einsteckkarten, Bussysteme, Schnittstellen und Anschlusstechniken; Ressourcen (I/O Ports, DMA, Interrupts); Festplatten, CD- und DVD-Laufwerke; BIOS; Bootvorgang, Konfiguration, Aktualisierung.

Der Lehrgang ist ein Baustein des Lehrgangssystems „PC-Systembetreuer“ und kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden.
Voraussetzungen: Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (MS-DOS, Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm (entsprechend dem Europäischen ComputerPass Xpert).

Michael Heuer
Der Unterricht findet jeweils mittwochs, 18.30–21.40 Uhr im EDV-Raum der VHS, Trift 20, statt.

Gebühren: 3 monatliche Raten à 72,00 ¤, für Lernmittel sind ca. 25,00 ¤ einzukalkulieren.

Der Lehrgang PC-System-Betreuer soll bei ausreichender Teilnehmerzahl mit dem Baustein PC-Technik und –Konfiguration nach den Herbstferien beginnen. Im darauf folgenden Semester schließt sich der Baustein PC-System-Support an.
Interessenten für den neuen Lehrgang bitten wir um Vormerkung.

35 02

PC-Systemsupport

Der einfache Windows-Nutzer sieht die Betriebssysteme lediglich aus der „Anwender“-Sicht. Der Kurs „PC-Systemsupport“ beleuchtet die administrative Sicht auf die Windows-Betriebssysteme und wendet sich somit an den ambitionierten Windows-Nutzer, der mehr über seine Betriebssysteme lernen und wissen möchte.
In diesem Baustein geht es um die Installation und Administration von Windows-Betriebssystemen und Anwenderprogrammen sowie das Aufspüren und Beseitigen von Hard- und Softwarefehlern.

Themenschwerpunkte:
Installation, Optimierung und Einrichtung von Betriebssystem und Anwendungen; Peer-to-Peer Netze; Erkennung, Diagnose und Behebung von Softwareproblemen; Organisation des Systemsupports; Datensicherung und Datensicherheit; Viren.

Der Lehrgang ist ein Baustein des Lehrgangssystems „PC-Systembetreuer“ und kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden.
Der Besuch des Bausteins PC-Technik und -Konfiguration wird vorausgesetzt.

Michael Heuer
Der Unterricht findet jeweils mittwochs, 18.30–21.40 Uhr im EDV-Raum der VHS, Trift 20, statt.

Gebühren: 3 monatliche Raten à 72,00 ¤, für Lernmittel sind 25,00 ¤ einzukalkulieren.

Der Baustein PC-Systemsupport wird im Semester I/2008 im Anschluss an den Baustein PC-Technik und -Konfiguration durchgeführt.

35 03

Netzwerk- und Internettechnologie

Moderne Rechner sind heute in firmeninterne und weltweite Netzwerke eingebunden. Die Teilnehmer lernen die Hard- und Softwarekomponenten eines Netzwerks kennen und lernen, die für das Arbeiten im Netzwerk und im Internet wichtige Software auf der Nutzerseite zu konfigurieren. Im

Kurs werden ausführlich und praxisorientiert die entsprechenden Technologien erläutert, und es wird anschaulich in alle notwendigen Theorien und Normen eingeführt.

Themenschwerpunkte:
- Netzwerke einrichten und konfigurieren
- Hardware für lokale Netzwerke und für den Zugang im Internet
- Lokales Netzwerk
- TCP/IP (IP-Adressierung, DHCP, Domain Name Service, TCP/IP-Protokolle)
- Netzwerke verbinden (Hub, Switch, Router, Gateway)
- Sicherheit in Netzwerken
- Konfiguration von Internet-Anwendungen

Voraussetzungen: Die Teilnehmer sollten die Kurse PC-Technik und Konfiguration und PC-Systemsupport absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.
Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Lehrganges PC-System-Betreuer ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
24. Januar 2008

Dr. Detlef Häusler
donnerstags, 18.30–21.40 Uhr,
Beginn: 20. September,
EDV-Raum der VHS, Trift 20,
13 Abende, 216,00 ¤ + 18,00 ¤ für Lernmittel = 234,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

35 04

EDV-Anwender-Pass Web-Publishing (VHS)

Das Internet wächst und wächst. Die flächendeckende Anschlusssituation im privaten sowie im Gewerbe-/Dienstleistungssektor ist bald realisiert.
Die wachsende Bedeutung dieses Zukunftsmarktes wird von der Vielzahl der bestehenden und der neu gegründeten Firmen, welche im Internet eine eigene Präsenz unterhalten, unterstrichen. Im Rahmen dieser Entwicklung wird es immer wichtiger, Mitarbeiter zu qualifizieren, die in der Lage sind, die Internetpräsentation und -nutzung von Firmen zu erstellen, zu aktualisieren und zu verwalten. Zugleich wird es immer notwendiger, die Problematik von Datenbankanbindungen zu verstehen und hier Lösungen in Zusammenarbeit mit einem Provider zu realisieren.
Der Lehrgang vermittelt im Teil Grundlagen I fundierte Kenntnisse in der Seitenbeschreibungssprache HTML, führt ein in die Arbeit mit einem HTML-Editor und zeigt den Umgang mit einem FTP-Programm zur Veröffentlichung von Webseiten. Darüber hinaus wird die Benutzung von Selfhtml als Nachschlagewerk erläutert.
Der Teil Grundlagen II setzt – aufbauend auf vorhandenen HTML-Kenntnissen – Schwerpunkte im Bereich der Erstellung und Bearbeitung von Grafiken einschließlich der notwendigen Grundkenntnisse für die Verwendung von Grafiken auf Webseiten sowie in der Benutzung von Formularen zur Interaktion mit dem Anwender. Die notwendigen Kenntnisse zur Einbindung von vorhandenen Scripts und Objekten werden vermittelt. In einem umfangreichen Web-Projekt werden die erworbenen Kenntnisse praktisch umgesetzt. Dabei werden auch rechtliche Fragen behandelt.

Der Lehrgang besteht aus den Pflichtbausteinen:
- Web-Publishing Grundlagen I 40 UStd.
- Web-Publishing Grundlagen II 40 UStd.

und dem Wahlbaustein:
- Dynamische Webseiten 40 Ustd.

Die Bausteine schließen jeweils mit einer landeseinheitlichen Prüfung des Landesverbandes der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. ab. Die Prüfungsgebühr beträgt pro Baustein 45,00 ¤.
Nach erfolgreicher Prüfung der zwei Pflichtbausteine und des Wahlbausteines erhalten die Teilnehmer den EDV-Anwender-Pass „Web-Publishing (VHS)“.
Die Prüfungen müssen in einem Zeitraum von 2 ½ Jahren absolviert werden.

Voraussetzungen: gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (entsprechend dem Kurs: Win@Internet 1), sichere Beherrschung einer EDV-Anwendung, privater PC. Wünschenswert darüber hinaus: Zugang zum Internet.

Der Unterricht findet jeweils dienstags, 18.15–21.30 Uhr im EDV-Raum der Axel-Bruns-Schule, Lönsweg, statt.

Gebühren: 10 monatliche Raten à 47,00 ¤ für die beiden Pflichtbausteine und den Wahlbaustein.
Der Lehrgang soll bei ausreichender Teilnehmerzahl nach den Herbstferien beginnen.

Interessenten für den neuen Lehrgang bitten wir um Vormerkung.

Tastschreiben am PC

Programmbereichsleitung:
Dirk Bachmann, Tel. 05141/92 98-23

36 01

Tastschreiben am PC – intensiv
für Teilnehmer ab 14 Jahren

Die Erstellung von maschinengeschriebenen Texten wird heute mit Personalcomputern durchgeführt. Viele Vorteile, wie leichte Korrigierbarkeit, verschiedene Schriftarten, die Speichermöglichkeit der geschriebenen Texte und die Vielfalt der Ausdruckmöglichkeiten haben dazu geführt, dass die Schreibmaschine von der EDV-gestützten Texterstellung abgelöst wurde.

Themenschwerpunkte:
Erlernen des 10-Finger-Tastschreibens im Buchstabenfeld mit Großschreibung, Erarbeitung der wichtigsten Sonderzeichen sowie die neuen Schreib- und Gestaltungsregeln für die Textverarbeitung nach DIN 5008.

Lehrbuch: Reinhard Rüffer, Textverarbeitung mit Word 2003, Tastschreiben und Formgestaltung, ISBN 3-427-06185-X, Bildungsverlag EINS.

Dorothea Gebert, Fachlehrerin
montags und mittwochs, 18.00–19.30 Uhr,
Beginn: 24. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
14 Abende, 66,00 ¤.

36 02

Tastschreiben am PC
für fortgeschrittene Teilnehmer ab 14 Jahren

Dieser Kurses richtet sich an Teilnehmer, die an dem Anfängerkurs „Tastschreiben am PC“ teilgenommen haben oder eine Mindestanschlagszahl von 60 Anschlägen/ Min. schreiben können.
Zunächst findet eine Erarbeitung fehlender Ziffern und Zeichen statt. Neben Schreibsicherheits- und Schreibschnelligkeitsübungen ist eine Einführung in das formgerechte Briefe schreiben nach den gültigen Schreib- und Gestaltungsregeln für die Textverarbeitung vorgesehen (evtl. auch Tabelle und Diagramm, Text und Grafik).
Bei regelmäßiger Teilnahme ist es auch möglich, in einem Abschlusstest eine Bescheinigung über die erworbene Anschlagszahl zu erhalten.

Dorothea Gebert, Fachlehrerin
montags, 19.35–21.05 Uhr,
Beginn: 24. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
8 Abende, 37,00 ¤.

Tastschreiben am PC
für Schüler von 12 bis 16 Jahren
in den Herbstferien
siehe Bereich: Junge Volkshochschule

Fortbildung für den kaufmännischen Bereich

Programmbereichsleitung:
Dirk Bachmann, Tel. 05141/92 98-23

Eine schriftliche Anmeldung ist für die Kurse in diesem Bereich erforderlich. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Einganges berücksichtigt und schriftlich bestätigt.

37 01

Buchführung für Anfänger
Baustein des Lehrganges
Finanzbuchhalter/-in

Wesen und Aufgaben der Buchführung/ Inventur, Inventar und Bilanz/ Einzelabrechnungen der Bilanzposten auf Konten/ Erfolgskonten/ Wareneinkaufs- und Warenverkaufskonto/ Umsatzsteuer (Mehrwertsteuer)/ Abschreibungen, Privatkonto/ Kontenrahmen/ Betriebsübersicht/ Belege als Grundlage der Buchführung – Buchführungsbücher (Grundbuch, Hauptbuch, Nebenbücher).

Jürgen Matschiowalli,
staatl. gepr. Wirtschaftsinformatiker
mittwochs, 18.30–21.40 Uhr,
Beginn: 26. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
11 Abende, 96,00 ¤ + 21,00 ¤ für Lernmittel = 117,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

www.vhs-celle.de

Sie können sich auch über das Internet anmelden.

Unter jedem Kurs finden Sie ein entsprechendes Anmeldeformular.

37 02

Buchführung für Fortgeschrittene

Baustein des Lehrganges Finanzbuchhalter/-in

Warenverkehr mit Bezugsposten, Rücksendungen, Gutschriften, Rabatte, Boni und Skonti, sachliche Abgrenzung, Wechsel, Lohn und Gehalt, Steuern, Abschreibungen und Wertberichtigungen auf Forderungen und Anlagen, Rücklagen und Rückstellungen.

Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Lehrganges Finanzbuchhalter/in (VHS) ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
Montag, 21. Januar 2008

Das Lehrbuch: Lemke, Buchführung Groß- und Außenhandel, ist Pflichtlektüre und für die Prüfung zugelassen.

montags, 18.30–21.40 Uhr,
Beginn: 17. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
13 Abende, 114,00 ¤ + 3,00 ¤ für Lernmittel = 117,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

EDV-Finanzbuchhaltung mit Lexware

siehe Bereich: Bildungsurlaub

EDV-Lohn-Gehaltsabrechnung mit DATEV

siehe Bereich: Bildungsurlaub

37 03

Kosten- und Leistungsrechnung I

Baustein des Lehrganges Finanzbuchhalter/-in (VHS)

Kursinhalte:
- Begriffliche Klarstellungen
- Kostenartenrechnung
- Kostenstellenrechnung
- Kostenträgerrechnung
- Kosten und Beschäftigung
- Deckungsbeitragsrechnung
- Die Kosten- und Erfolgsrechnung als Grundlage der Entscheidungsvorbereitung
- Grundzüge der Plankostenrechnung
- Kostenrechnungssysteme

Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Lehrganges Finanzbuchhalter/in(VHS) ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
29. Januar 2008

dienstags, 18.30–21.40 Uhr,
Beginn: 18. September,
(ab Januar 2008 zweimal wöchentlich; dienstags und mittwochs),
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
17 Abende, 149,00 ¤ + 18,00 ¤ für Lernmittel = 167,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

37 04

Betriebliches Steuerrecht

Baustein des Lehrganges Finanzbuchhalter/-in

Erarbeiten der Grundtatbestände und wesentlichen Problemstellungen des betrieblichen Steuerrechts einschließlich des Verfahrensrechts (Abgabenordnung 1977, Bewertungsrecht, Einheitsbewertung des Betriebsvermögens, Einkommensteuer), lohnsteuerliches Wissen für den Arbeitgeber, Umsatzsteuer, Gewerbesteuer.
Die einzelnen Rechtsgebiete werden systematisch anhand von Einzelbeispielen erarbeitet, so dass nach Abschluss des Lehrganges Steuerfragen selbst gelöst bzw. Steuerprobleme erkannt werden können.

Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Lehrganges Finanzbuchhalter/in (VHS) ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
26. Januar 2008

Unterrichtsräume der VHS, Trift 20

Literatur: Neue Wirtschafts-Briefe, Textausgabe, Wichtige Steuergesetze mit Durchführungsverordnung
oder Steuergesetze I, Loseblatt-Textsammlung, Verlag C.H. Beck, München.

Sylvia Mertens, Steuerfachwirtin
Christian Heidemann, Steuerberater
donnerstags, 18.30–21.40 Uhr,
Beginn: 20. September,
(ab Januar 2008 zweimal wöchentlich; montags und donnerstags),
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
15 Abende, 131,00 ¤ + 21,00 ¤ für Lernmittel = 152,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

37 05

Einnahmen-Überschuss-Rechnung

Der Kurs richtet sich an Freiberufler und Gewerbetreibende, für die keine Buchführungspflicht besteht und die auch freiwillig keine Bücher führen.

Kursinhalte:
- Gesetzliche Grundlagen und Aufzeichnungspflichten
- Abgrenzung von Privat- und Betriebsvermögen
- Zeitliche Zuordnung von Betriebseinnahmen und Betriebsausgaben
- PKW im Steuerrecht
- Abschreibungsmöglichkeiten
- Sonderabschreibung und Ansparabschreibung für kleinere und mittlere Betriebe
- Anlage Einnahme-Überschuss-Rechnung

Andreas Arbter, Diplom-Finanzwirt
dienstags, 18.30–21.40 Uhr,
Beginn: 20. November,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
5 Abende, 44,00 ¤.

Altersvorsorge macht Schule

siehe Bereich: Recht

37 06

Rechtliche und steuerliche Grundkenntnisse

für Selbstständige und Kleinstunternehmen

Der Kurs bietet praxisnah die notwendigen steuerlichen und rechtlichen Grundkenntnisse für Selbstständige und Kleinstunternehmer.
Folgende Themen stehen zur Auswahl:
Allgemeines
- Rechtliche Beziehung zum Kunden (Vertrag, Auftragsbestätigung, Allgemeine Geschäftsbedingungen)
- Eigene Versorgung und Vorsorge
- Finanzierung, Sicherheiten
- Schutz des Vermögens

Arbeitsrecht
- Sozialversicherungsrechtliche Grundlagen unter besonderer Berücksichtigung des Kleinbetriebes (Mini-Jobs, Teilzeit, befristete Arbeitsverträge)

Steuerrecht
- Umsatzsteuer
- Gewerbesteuer
- Buchhaltung
- Gewinn- und Verlustrechnung
- Notwendige Meldungen und Erklärungen an das Finanzamt

Michaela Block,
Steuerberaterin, Diplom-Finanzwirtin
dienstags, 18.30–20.45 Uhr,
Beginn: 18. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
4 Abende, 26,00 ¤ + 2,00 ¤ für Lernmittel = 28,00 ¤.

Fachkraft Rechnungswesen
Fachkraft Lohn und Gehalt
Fachkraft Personalabrechnung
Fachkraft Personal und Rechnungswesen

siehe Bereich: Lehrgänge im Bereich der beruflichen Bildung

37 07

Führungskompetenz

Mitarbeiter effektiv führen kann man lernen
Wochenendkurs

Gerade junge Führungskräfte werden heute gesucht, die eine Art „Eier legende Wollmilchsau“ sein sollen. Sie sollen dynamisch sein, aber auch besonnen. Sie sollen kraftvoll entscheiden können, aber gleichzeitig Mitarbeiter einbinden. Sie sollen eine Führungspersönlichkeit sein, die es versteht, Führungsmethoden und Führungsinstrumente situationsgerecht einzusetzen.
Nicht alle bewährten Ansätze der Vergangenheit sind dazu geeignet, ein Unternehmen durch den rasanten Wandel einer globalisierten Gegenwart und Zukunft zu führen. Ein neuer Blick auf die Aufgaben der Führungsarbeit ist angesagt. Dies geschieht gesprächsorientiert im Plenum, in Einzelarbeit und in Kleingruppen.

Im Einzelnen behandeln wir folgende Themen:
- Mitarbeiterführung heute
- Führen ist erlernbar
- Zielorientierung für Führer und Geführte
- Vertrauen entwickeln und fördern
- Führungsstile richtig einsetzen
- Die vier Orientierungen einer Führungskraft: Aufgaben-Orientierung, Management-Orientierung, Mitarbeiter-Orientierung, Kunden-Orientierung

Mindestteilnehmerzahl: 8

Heinz-Martin Adler, Management-Trainer
Freitag, 16. November, 18.00–21.15 Uhr,
Samstag, 17. November, 9.30–16.30 Uhr (mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
9 Zeitstunden, 33,00 ¤ (+ 10,00 ¤ für Unterrichtsmaterial) = 43,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Bauen und Wohnen Solarenergie

Programmbereichsleitung:
Dirk Bachmann, Tel. 05141/92 98-23

38 01

Der Energieausweis für Gebäude

Ausweis wird Pflicht

Durch die neue EU-Richtlinie wird europaweit ein „Ausweis über die Gesamtenergieeffizienz von Gebäuden“ gefordert. In Zukunft muss deshalb auch in Deutschland bei jedem Mieter- oder Eigentümerwechsel einer Immobilie ein Energieausweis vorgelegt werden. Dieser Abend soll Ihnen helfen, Antworten auf die Fragen zu finden:

- Was ist ein Energieausweis und wie sieht dieser aus?
- Wie werden die Daten für die Energieeffizienzklassen ermittelt? Was muss der Energieausweis beinhalten?
- Welche Vorteile habe ich davon?
- Wer kann ihn ausstellen?
- Welche gesetzlichen Vorgaben und Fördermöglichkeiten gibt es?

Heike Koenig, Architektin / Energieberaterin
Dienstag, 6. November, 18.30–20.45 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
1 Abend, 7,00 ¤. (Informationsmaterial für 0,50 ¤ ist direkt mit der Dozentin abzurechnen).
Wir bitten um Anmeldung auch bei Einzelveranstaltungen.

38 02

Energiekosten senken

Tipps für Dach, Wand, Fenster und modernes Heizen

- Wie viel Energie geht durch die Wand?
- Was kann ich durch Dämmung einsparen?
- In welcher Reihenfolge wird eine Sanierung durchgeführt?
- Welche Heizung ist für mein Gebäude die richtige?

Für jedes Bauteil werden diese und ähnliche Fragen beantwortet. Außerdem erhalten Sie Tipps zu Beratungsmöglichkeiten und Fördermitteln.

Heike Koenig, Architektin / Energieberaterin
Dienstag, 13. November, 18.30–20.45 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
1 Abend, 7,00 ¤. (Informationsmaterial für 0,50 ¤ ist direkt mit der Dozentin abzurechnen).
Wir bitten um Anmeldung auch bei Einzelveranstaltungen.

38 03

Nutzung der Solarenergie

Dieser Kurs steht unter dem Motto: Mit Hilfe der Sonne umweltschonend Energie erzeugen und dabei noch Geld verdienen. Es werden zwei Möglichkeiten der Solarenergie-Nutzung behandelt, die Photovoltaik – das ist die direkte Umwandlung von Sonnenenergie in elektrische Energie und die Solarthermie – das ist die Umwandlung von Sonnenenergie in Warmwasser. Nach einer Einweisung in die Technik werden die zahlreichen Förderprogramme vorgestellt. Zum Abschluss findet die Besichtigung einer Photovoltaik- und einer Sonnenkollektor-Anlage statt.

Mindestteilnehmerzahl: 8

Thomas Weiss, Dipl.-Ingenieur und Gebäude-Energieberater und Bernd Prasuhn
donnerstags, 18.30–20.45 Uhr,
Beginn: 22. November,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
2 Abende und eine Besichtigung am Samstag, 1. Dezember, 10.00–12.15 Uhr,
28,00 ¤ + 2,00 ¤ für Informationsmaterial = 30,00 ¤.

38 04

Alternative Heiztechniken

Dieser Kurs richtet sich an alle, die in nächster Zeit eine neue Heizung planen. Neben modernen Gas- und Öl-Brennwertgeräten werden Holzheizungen, Umluftanlagen mit Wärmerückgewinnung, Wärmepumpen, Blockheizkraftwerke und solare Heizungsunterstützungen behandelt. Nach der Einführung in die Technik werden die Vor- und Nachteile der einzelnen Heizungsarten und die verschiedenen Förderprogramme vorgestellt.

Mindestteilnehmerzahl: 8

Thomas Weiss,
Dipl.-Ingenieur und Gebäude-Energieberater
donnerstags, 18.30–20.45 Uhr,
Beginn: 8. November,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
2 Abende, 19,00 ¤ + 1,00 ¤ für Informationsmaterial = 20,00 ¤.

38 05

Baubiologie – Gesundes Wohnen, ökologisches Sanieren und Bauen

Viele Häuser und Wohnungen machen langfristig krank, denn durch den vermehrten Einsatz von naturfremden, synthetisch hergestellten Baumaterialien tritt an Stelle der Harmonie zwischen dem Bewohner und seiner Wohnumwelt die schleichende Vergiftung. Symptome sind u.a. Allergien, Kopfschmerzen, Müdigkeit, Schlaflosigkeit, Augenbeschwerden und Konzentrationsschwäche. Auslöser hierfür können z.B. sein: Farben, Lacke, Kleber, Holzschutzmittel, Schimmelpilze, Mobilfunk (Handy und DECT-Schnurlostelefone), Mineralfasern, Milben u.a.
In diesem Kurs lernen Sie das Erkennen und Beseitigen der Schadstoffe. Sie erhalten Hinweise auf eine Vielzahl von möglichen Alternativen wie Lehm, Ziegel, Hanf, Kork, Holz, giftfreie Farben und abgeschirmte Leitungen.

Themenschwerpunkte:
- Ökologisches Sanieren
- Giftfreier Holzschutz
- Lehmputze / Lehmfarben
- Abgeschirmte Elektrik / Elektrosmog
- Richtig dämmen (Isolieren) / Energie speichern

Im Kurs werden auch Lösungsvorschläge für die Probleme der Kursteilnehmer erarbeitet.

Dirk A. Hiller, Freier Baubiologe IK
donnerstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
5 Abende, 22,00 ¤ + 2,00 ¤ für Skripte = 24,00 ¤.

Feng Shui für gesundes Wohnen und erfolgreiches Arbeiten

Einführungsseminar in die Lehre des Feng Shui
siehe Bereich: Gesundheit

Für Ihre telefonische Anmeldung wählen Sie bitte die Telefonnummer

(0 51 41) 92 98-0

Gartenbau

Programmbereichsleitung:
Dirk Bachmann, Tel. 05141/92 98-23

38 06

Der eigene Garten

Wochenendseminar

Gestalten Sie Ihren FreiRaum mit fachlicher Unterstützung nach Ihren Gefühlen, Wünschen und Bedürfnissen – ein individueller Gartenplan bringt dieses zum Ausdruck! Das Seminar vermittelt Kenntnisse, die für die Planung, Anlage und Umgestaltung Ihres Gartens unerlässlich sind.

Bitte bringen Sie weißes Transparentpapier und den Lageplan Ihres Hauses mit. Zur Planung bietet sich ein Maßstab 1:100 an.

Ute Rodenwaldt-Blank, Dipl.-Ing.,
Freie Garten- und Landschaftsplanerin
Freitag, 5. Oktober, 18.00–21.15 Uhr,
Samstag, 6. Oktober, 10.00–16.45 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
8 Zeitstunden, 23,00 ¤ + 3,00 ¤ für Kopien = 26,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

38 07

Gestaltungsideen für Wege, Sitzplätze und Terrassen

Wege und Plätze sind mehr als die Möglichkeit, sich trockenen Fußes im Garten aufzuhalten oder von A nach B zu gelangen. Gerade im Wohngarten übernehmen sie wichtige gestalterische Funktionen. Dabei ist sowohl die Lage und Ausformung der befestigten Flächen von entscheidender Bedeutung für die optische Wirkung, als auch das dafür verwendete Material.
Der Kurs vermittelt Ihnen einen Überblick über die Vielzahl der im Handel erhältlichen Materialien, wobei besonders auf deren Eigenschaften und gestalterische Wirkungen eingegangen wird. Zudem wird die Technik des Wegeaufbaues angesprochen, um eine an die Nutzung angepasste, haltbare Befestigung zu erzielen. Der Kurs bietet somit nicht nur Entscheidungshilfen für die Planung der zu befestigenden Flächen, sondern er vermittelt Ihnen, wie Wege und Plätze in Eigenarbeit hergestellt werden können.

Ellen Bielert,
Dipl.-Ing. Landschafts- und Freiraumplanung
mittwochs, 18.00–21.00 Uhr,
Beginn: 10. Oktober,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
2 Abende, 18,00 ¤.

38 08

Lazy Gardening

Unkraut jäten, gießen und düngen, Gehölze schneiden und im Herbst das lästige Laub von den Bäumen. Ständig liegen zeitraubende Arbeiten im Garten an, die scheinbar nicht zu vermeiden sind. Doch lassen Sie sich nicht zum Sklaven Ihres Gartens machen!
In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit minimalem Aufwand einen schönen Garten bekommen. Welche Arbeiten sind wirklich notwendig? Mit welchen Geräten und Werkzeugen arbeite ich am effektivsten? Wie kann ich durch geschickte Bepflanzung und Pflanzenauswahl Pflegearbeiten einsparen? Diese und viele andere Fragen werden in diesem Kurs beantwortet.

Ellen Bielert,
Dipl.-Ing. Landschafts- und Freiraumplanung
Mittwoch, 26. September, 18.00–21.00 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 9,00 ¤.
Wir bitten um Anmeldung auch bei Einzelveranstaltungen.

Gesundheit

Programmbereichsleitung:
Tessa Twele, Tel. 05141/92 98-21

Wir bitten auch bei Einzelveranstaltungen um Voranmeldung; es gibt keine Abendkasse.

39 01

Übergewicht

wenn die Gesundheit Schaden nimmt

Es geht hier nicht um ein paar Pfunde zu viel, sondern um starkes Übergewicht, das schwer durch Diäten oder eine andere Lebensführung reduziert werden kann.
Welche chirurgischen Maßnahmen zur Behandlung des Übergewichtes gibt es, was bewirken sie, gibt es Risiken und wann sollte überhaupt chirurgisch eingegriffen werden? Welche Maßnahmen werden von den Krankenkassen mitgetragen?
Gern sind auch Ihre Fragen willkommen.

Dr. med. Holger J. Barenthin, Chirurg, Sportmedizin,
Dr. Hans-Georg Mehl, Gutachter beim MDKN
Donnerstag, 18. Oktober, 19.00–21.45 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 8,00 ¤.

39 02

Verwirrtheitszustände und Gedächtnisstörung im Alter

Einzelveranstaltung

Die Selbstständigkeit und die Fähigkeit zur Selbstversorgung aufgrund eines geistigen Abbaues zu verlieren und die letzten Jahre im Pflegeheim verbringen zu müssen – diese Vorstellung erfüllt jeden älteren Menschen mit großer Sorge.
Aber auch bereits das Nachlassen des Gedächtnisses (Namen, Orte etc. fallen einem nicht mehr ein) macht anfangs noch wütend, später Angst.
Ursachen, erste Anzeichen, Auswirkungen, Möglichkeiten der Vorbeugung und medizinischen Hilfe von Verwirrtheitszuständen und Gedächtnisstörungen werden vorgestellt.
Gern sind auch Ihre Fragen willkommen.

Dr. med. Helmut Kunz, Neurologe, Psychiater
Donnerstag, 11. Oktober, 19.00–21.15 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 7,00 ¤.

Denken und Bewegen im “knackigen” Alter!

ein Samstagvormittag
siehe Bereich:
Älter werden – andere Perspektiven

39 03

Prostatakrebs – Aktion Früherkennung

In Zusammenarbeit mit dem Bundesverband Prostatakrebs Selbsthilfe e.V.
Einzelveranstaltung

Prostatakrebs ist zwischenzeitlich zur häufigsten Krebserkrankung des Mannes geworden.
Da der Prostatakrebs im Frühstadium zu über 90% heilbar ist, soll hier über den Tumor im Allgemeinen und über die Bedeutung der Vorsorge (u.a. PSA Test …) aufgeklärt werden. Weitere Themen sind Diagnose und unterschiedliche Therapieverfahren.
Gern sind auch Ihre Fragen willkommen; Ehe- und Lebenspartnerinnen können Sie begleiten.

Jürgen Mindermann,
Bundesverband Prostatakrebs Selbsthilfe e.V.
Donnerstag, 18. Oktober, 19.00–22.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20.
Der Abend ist kostenfrei. Wir bitten aber um Anmeldung, damit wir den geeigneten Raum festlegen können!

39 04

Gesund durch richtige Ernährung

Einzelveranstaltung

Nehmen Sie Ihre Gesundheit selbst in die Hand und informieren Sie sich unabhängig von wirtschaftlichen Interessen, ohne den Einfluss der Nahrungsmittelindustrie.
Die Zusammenhänge zwischen falscher Ernährung und Krankheit sind wissenschaftlich genau erforscht und werden leider immer noch zu wenig beachtet.
Nachweislich ernährungsbedingt sind z.B. Karies, Infekte, Herzinfarkt, Rheuma, Fettsucht, so genannte Allergien …
Diese Krankheiten lassen sich durch eine vitalstoffreiche Vollwertkost, die alle biologischen Wirkstoffe enthält, vermeiden bzw. verbessern.
Richtungweisend sind dabei die Erfahrungen und wissenschaftlichen Erkenntnisse von Dr. Bircher-Benner, Prof. Kollath und Dr. Bruker.
Sind Sie von einer gesunden Ernährung überzeugt, fällt Ihnen auch die Umstellung wesentlich leichter.
Damit Sie gleich auf den richtigen Geschmack kommen, gibt es zum Abschluss einige Kostproben!

Karin Weßler, Gesundheitsberaterin GGB
Donnerstag, 18. Oktober, 19.00–21.15 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
1 Abend, 7,00 ¤ + 2,00 ¤ für Kostproben = 9,00 ¤.

39 05

Schüssler-Salze

und deren Wirkungsoptimierung
Einzelveranstaltung

Die Schüssler-Salze gehen auf den Oldenburger Arzt Dr. Schüssler zurück. Er versuchte in Anlehnung an die Zellularpathologie Virchows die kleinsten mineralischen Bausteine des Körpers herauszufinden. Grundgedanke war, dass der Mensch krank wird, wenn ihm bestimmte Grundsubstanzen fehlen; gibt man sie ihm in potenzierter Form, so wird er wieder gesund. Schüssler entwickelte insgesamt 12 Salze.
In dem Vortrag werden diese Schüssler-Salze und ihre Anwendung vorgestellt; ferner

wird auf erfolgsfördernde Verhaltensweisen eingegangen, die die Wirksamkeit der verschiedenen “Salze” / Mittel erhöhen.

Bitte bringen Sie Schreibunterlagen für Notizen mit!

Martin Lamberts, Apotheker
Montag, 17. September, 18.30–20.45 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 7,00 ¤.

39 06

Schüssler-Salze
und deren Wirkungsoptimierung
Einzelveranstaltung

Kursinhalte siehe oben.

Bitte bringen Sie Schreibunterlagen für Notizen mit!

Martin Lamberts, Apotheker
Dienstag, 13. November, 18.30–20.45 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 7,00 ¤.

Bitte beachten Sie, dass auch für Vorträge eine vorherige Anmeldung erforderlich ist.
Ohne entsprechende Voranmeldung können diese Veranstaltungen nicht durchgeführt werden.

39 07

Bach-Blüten-Therapie
sanfte Hilfe für Körper, Geist und Seele
Einzelveranstaltung

Viele haben bereits von Bach-Blüten-Essenzen gehört, vielleicht auch schon einmal selbst die sogenannten “Notfalltropfen” oder eine andere Blüten-Mischung ausprobiert.
Da die Blütenessenzen aber nicht nach körperlichen Symptomen ausgewählt, sondern die geistig-seelischen Ursachen einer Erkrankung oder Befindlichkeitsstörung mit ihnen beeinflusst werden, erscheint es vielen schwierig, für sich und ihre Angehörigen die passende Blütenmischung zu ermitteln.
Was sind eigentlich Bach-Blüten, wie wirken sie und wie werden sie hergestellt?
Ferner werden Ihnen Hilfsmittel vorgestellt (und zum Teil auch ausprobiert), die Ihnen den Zugang zu einer individuellen Bach-Blüten-Mischung erleichtern können.

Hannelore Wallmann,
Heilpraktikerin, Reiki-Lehrerin
Freitag, 16. November, 18.30–21.40 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
1 Abend, 9,00 ¤.

39 08

Energetische Medizin
Einzelveranstaltung

Eine Erkenntnis der “Bio Medizin” lautet, dass Gesundheit den freien Fluss der Energie voraussetzt.
Ist der Energiestrom durch Blockaden oder Regulationsanomalien gestört, weist unser Organismus mit Symptomen darauf hin, es entwickeln sich Krankheiten.
Um den freien Energiefluss wiederherzustellen, gibt es verschiedene erfahrungskundliche Therapien und Anwendungen.
Der Abend bietet Ihnen einen Gesamtüberblick über die Möglichkeiten, die angewendet werden. Sie werden verständlich erklärt und besprochen.

Bitte bringen Sie Schreibunterlagen für Notizen mit!

Martin Lamberts, Apotheker
Montag, 24. September, 18.30–20.45 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 7,00 ¤.

39 09

Der Einfluss des Kiefergelenks und der Zähne
auf alle anderen Gelenke und Organe
Einzelveranstaltung

Das Kiefergelenk kann auf die Bewegungsfähigkeit der Wirbelsäule und der anderen Gelenke ebenso einen Einfluss haben, wie der einzelne Zahn auf ein Organ.
Wird diese erfahrungsheilkundliche Erkenntnis nicht berücksichtigt, kann das zu chronischen Erkrankungen des Bewegungsapparats und der Organe führen.
Der Vortrag zeigt die Zusammenhänge auf und weist auf Lösungsmöglichkeiten hin.

Bitte bringen Sie Schreibunterlagen für Notizen mit!

Martin Lamberts, Apotheker
Dienstag, 25. September, 18.30–20.45 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 7,00 ¤.

Aufstellungen von Familien- und Zahnthemen
Informationsabend zur Methode Bert Hellinger
siehe Bereich: Pädagogik/Psychologie

39 10

Die hilfreiche Wirkung guten Trinkwassers
Einzelveranstaltung

Circa 60% unseres Körpergewichtes besteht aus Wasser. Unsere Zellen schwimmen im Wasser. Daher hat Wasser eine umfassende Wirkung auf unseren Organismus und spielt bei allen Aktionen eine oftmals leider unterschätzte Rolle.
Ist zu wenig Wasser da, beginnen sich langsam ernste Krankheiten zu entwickeln. An diesem Abend wird der Einfluss guten Trinkwassers auf die Wirksamkeit verschiedener therapeutisch relevanter Substanzen im Sinne einer spürbaren Ergebnisverbesserung dargestellt.

Bitte bringen Sie Schreibunterlagen für Notizen mit!

Martin Lamberts, Apotheker
Donnerstag, 20. September, 18.30–20.45 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 7,00 ¤.

39 11

Frauen im Wechsel
Einzelveranstaltung

… das ist nichts Außergewöhnliches.
Sich während der Wechseljahre aber fit, konzentriert und im Einklang mit sich selbst zu fühlen, ferner Ernährung, Bewegung, Entsäuerung und basische Körperpflege auf diesen Lebensabschnitt abstimmen zu können, das besprechen wir an diesem Abend.
Ein weiteres Thema ist die Einnahme von Hormonen, die wir ganz individuell “unter die Lupe nehmen”.

Brigitte Salzmann-Tilgen, Heilpraktikerin
Dienstag, 18. September, 18.30–21.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
1 Abend, 7,00 ¤.

39 12

Einführung in die Welt der Steinheilkunde
Wochenendseminar

Lassen Sie sich von den verschiedenen Wirkungsweisen der Heilsteine begeistern!
Machen Sie sich vertraut mit der Geschichte und der Anwendung der Heilsteine, der Herstellung von Essenzen, der Reinigung und Aufladung der wichtigsten Mineralien und genießen Sie eine Hand-, Fuß- und Rückenmassage.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Gymnastikschuhe oder dicke Socken mit.

Brigitte Salzmann-Tilgen, Heilpraktikerin
Samstag, 3. November, 10.00–17.00 Uhr
(mit Pausen),
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
6 Zeitstunden, 18,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

39 13

Zellschutz oder Antioxidantien
gegen freie Radikale

Täglich werden Ihre ca. 70 Billionen Körperzellen von freien Radikalen angegriffen und jede Zelle muss pro Tag rund 10.000 solcher Übergriffe überstehen.
Das kann sie aber nur, wenn genügend antioxidative Schutzstoffe vorhanden sind.
An diesem Abend erfahren Sie

- was freie Radikale sind und was sie verursacht,
- welche gesundheitlichen Risiken und körperlichen Schäden durch sie entstehen,
- wie Sie sich ausreichend mit antioxidativen Stoffen versorgen und
- wie Sie sich vor Zellschäden schützen.

Angelika Wirz,
Ernährungs- und Gesundheitsberaterin
Donnerstag, 27. September, 18.00–21.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
1 Abend, 9,00 ¤.

39 14

Enzyme

Enzyme sind die Antriebskraft des Körpers. Ihr Vorhandensein ist für einen reibungslosen Stoffwechsel der Organe, Gewebe und Zellen unabdingbar. Mineralstoffe, Vitamine und Hormone benötigen Enzyme zur richtigen Entfaltung ihrer Wirkung.
Jeder Mensch hat zwar von Geburt an Enzym-Reserven, sie werden jedoch durch Ernährungsfehler, Stress, Umweltverschmutzung und andere Faktoren erschöpft. Warum es wichtig ist, Ihre Reserven durch eine enzymreiche Ernährung wieder aufzufüllen und wann eine gezielte Enzymzufuhr sinnvoll ist, erfahren Sie an diesem Abend.

Angelika Wirz,
Ernährungs- und Gesundheitsberaterin
Montag, 15. Oktober, 18.00–21.00 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 9,00 ¤.

39 15

Ayurveda
Einzelveranstaltung

Ayur-Veda (Ayus: LEBEN, Veda: WISSEN = das Wissen vom Leben) gehört zu der ältesten überlieferten ganzheitlichen Heilmethode.
Ihr Ursprung liegt in Indien und Sri Lanka.
Der ayur-vedische Arzt heilt nicht nur mit Spritzen, Medikamenten, Skalpell, sondern er berücksichtigt auch andere Einflüsse auf den Organismus wie etwa innere Reinigung, Ernährung, Tages- und Jahreszeitenwechsel, Düfte, Farben …
Wir werden einen Einblick in die ayurvedische Praxis gewinnen. Sie lernen einfache ayurvedische Massagen kennen, die bei Stress und Einschlafproblemen helfen, außerdem erhalten Sie viele Anregungen aus dem Ayurveda, z.B. zur ayurvedischen Körperpflege, Vorschläge für einen geregelten Tagesablauf …

Bitte bringen Sie ein Badetuch, ein Handtuch, evtl. Badelatschen und warme Socken mit.

Astrid Dubke, Dipl. Ayurveda Therapeutin (Mitglied im VEAT, Verband Europäischer Ayurveda Therapeuten)
Freitag, 21. September, 18.00–21.00 Uhr,
Ayurveda Praxis, Wiesenstraße 22a
(im Fitness Center),
1 Abend, 9,00 ¤ (+ 5,00 ¤ für Materialkosten, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden).

Reiki – Heilkraft der Hände; Übungstag für Reiki I Eingeweihte
siehe Bereich: Entspannung

Fehlt Ihnen im VHS-Programm ein Thema, ein Seminarangebot?

Haben Sie Anregungen für unsere neue Programmplanung?

Ihre Vorschläge und Ihre Anregungen sind willkommen und gern verwirklichen wir sie, wenn es möglich ist.

Rufen Sie uns an:
Tessa Twele, ☎ 0 51 41 / 92 98 21

39 16

Die innere Heilkraft entdecken
Wochenendseminar

Wir alle verfügen über innere Heilkräfte, die uns zum Gesundbleiben und wieder Gesundwerden zur Verfügung stehen. Diese körpereigenen Heilungssubstanzen bilden eine innere Apotheke zu der jeder Zugang hat.
In diesem Seminar werden Sie Möglichkeiten entdecken, wie Sie

- Ihren körperlichen und seelischen Zustand positiv beeinflussen können

u n d

- selbst entscheidend zur eigenen Gesundung und Verbesserung Ihrer Lebensqualität beitragen können.

Angelika Wirz,
Ernährungs- und Gesundheitsberaterin
Samstag, 22. September, 13.30–18.30 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
5 Zeitstunden, 15,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

39 17

Die homöopathische Hausapotheke
Einzelveranstaltung

Homöopathische Einzelmittel, die für eine gute Hausapotheke notwendig sind, werden vorgestellt und besprochen.
Es besteht die Möglichkeit, an einem kostenlosen Sondertermin, der während des Vortrages bekannt gegeben wird, für sich eine Hausapotheke zusammenzustellen.

Bitte bringen Sie Schreibsachen mit!

Martin Lamberts, Apotheker
Dienstag, 18. September, 18.30–20.45 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 7,00 ¤.

39 18

Meridian-Klopfen I
die energetische Hausapotheke
Wochenendseminar

Das Meridian-Klopfen wirkt auf das Meridiansystem durch kurzes Beklopfen der Meridian-Endpunkte in einer bestimmten Reihenfolge ein.
Selbstheilungskräfte werden so aktiviert, Blockaden aufgelöst und es ist möglich, sich von Schmerzen, aber auch Ängsten, Sorgen … zu befreien.
Nutzen Sie Ihre energetische Hausapotheke!

Bitte bringen Sie Schreibunterlagen für Notizen, Wasser und – wenn vorhanden – ein Buch über Meridian-Klopfen mit.

Charlotte Vianden, Dipl. Energie-Therapeutin
Samstag, 6. Oktober, 10.00–16.00 Uhr
(mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20,
5 Zeitstunden, 17,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

39 19

Meridian-Klopfen II
die energetische Hausapotheke
Wochenendseminar

Das Angebot spricht ausschließlich Teilnehmer an, die Meridian-Klopfen I besucht oder Grundkenntnisse haben.
Unsere Themen sind:

- Austausch der bisherigen Erfahrungen
- Vertiefung des Wissens über Meridian-Klopfen
- Zielerreichung
- Stellvertreter-Klopfen.

Bitte bringen Sie Schreibunterlagen für Notizen, Wasser und – wenn vorhanden – ein Buch über Meridian-Klopfen mit.

Charlotte Vianden, Dipl. Energie-Therapeutin
Samstag, 10. November, 10.00–16.00 Uhr
(mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
5 Zeitstunden, 17,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

39 20

Chinesische Akupressur

Seit mehr als tausend Jahren ist die chinesische Akupressur eine erfolgreiche Heilmethode für Menschen (und auch Tiere) gegen Schmerzen und andere Beschwerden wie zum Beispiel Kopfschmerzen, Migräne, Schlafstörungen, Schwindel, Magen- und Darmbeschwerden.
Ähnlich wie die Akupunktur (Nadelstichtechnik) basiert auch die Akupressur auf der Stimulierung der Energiebahnen und -punkte des Körpers durch Fingerdruck.
Akupressur eignet sich gut zur Selbstbehandlung, um das allgemeine Gleichgewicht wieder herzustellen.
Lernen Sie die Methode für sich und für Ihre Familie kennen!

Bitte denken Sie an Schreibunterlagen für Notizen!

Kexun Busch, chinesische Heilpraktikerin
donnerstags, 18.00–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
5 Abende, 33,00 ¤ (hinzu kommen ca. 3,00 ¤ Materialkosten, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden).

39 21

Kinesiologie
Einführung in Theorie und Praxis

Energieblockaden können zu Unwohlsein, Krankheiten und auch zu Lernstörungen führen. Ziel der Kinesiologie ist es, einen optimalen Energiefluss im Körper zu ermöglichen und ihn dadurch in Balance zu bringen.
Über den Muskeltest besteht die Möglichkeit, Energieblockaden aufzuspüren und zu beheben.
Dabei kann auch gezielt Zugang zu eventuell behindernden Gedanken- und Gefühlsmustern gefunden werden und diese können transformiert werden.
Die Kinesiologie bietet vielfältige Korrekturmöglichkeiten.
Das System "Touch for Health/Gesund durch Berühren" bietet zum Beispiel über die chinesische Meridianlehre an, durch Bewegungsübungen (Berühren, Massieren von Reflexpunkten …) den Fluss der Körperenergien zu harmonisieren, um so die Abwehrkräfte zu stärken und Krankheiten vorzubeugen.
Die "Edukinesthetik/Lernen durch Bewegung" nach Paul Dennison ist zu einer anerkannten Lernmethode der 90er Jahre in Amerika ernannt worden.
In Theorie und Praxis werden Einblicke in die gesundheits- und lernfördernden Übungen der Kinesiologie gegeben und die vielen Möglichkeiten zur Verbesserung des Wohlfühlens im Alltag aufgezeigt.

Hildegard Scheel,
anerk. Lehrerin für TfH und Three in One Concepts
mittwochs, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 10. Oktober,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
2 Abende, 9,00 ¤.

39 22

Kinesiologie – Ein junger Baum mit alten Wurzeln

ein Orientierungsabend

Die Kinesiologie hat sich Mitte der 60er Jahre aus den Reihen der Chiropraktiker entwickelt. In Folge haben sich verschiedene Richtungen mit unterschiedlichen Schwerpunkten herausgebildet.
Was steckt hinter dem "Rubbeln" von Punkten, der "liegenden Acht" oder dem "Ohren ausfalten"?
Allen Richtungen gemeinsam ist der Muskeltest, der als körpereigenes Rückmeldesystem verstanden werden kann.
Worin unterscheiden sich die verschiedenen Richtungen, wie "Angewandte Kinesiologie", "Touch for Health", "Edukinestetik", "Psychokinesiologie nach Klinghardt", "Three In One Concepts" u.a.?
Was kann der Muskeltest und was kann er nicht? Wo kann ich mich oder mein Kind "testen" lassen oder die Techniken selbst erlernen, welche Aus- und Fortbildungsmöglichkeiten gibt es und welche Richtung ist die passende für mein Vorhaben?
Der Vortrag spricht besonders diejenigen an, die an Fortbildung und persönlichem Wachstum interessiert sind und/oder kinesiologische Kenntnisse in ihren Beruf integrieren wollen. Es werden Informationen vermittelt, Anwendungsmöglichkeiten und Grenzen aufgezeigt und Raum für spezielle Fragen gegeben.

Marion Hoffmann, Dipl.-Sozialpädagogin,
Heilpraktikerin für Psychotherapie, Kinesiologin
Mittwoch, 14. November, 19.00–21.30 Uhr,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
1 Abend, 7,00 ¤.

Die Pubertät – Kinesiologie & Verhaltensgenetik für ein besseres Verständnis einer besonderen Zeit

siehe Bereich: Pädagogik/Psychologie

Leichter lernen ohne Stress

ein Angebot für Kinder mit Eltern im Alter von 7 bis 11 Jahren

An einem Samstag werden den Kindern Übungen aus der Kinesiologie vermittelt, die das Lernen fühlbar leichter und effektiver machen und die begleitenden Elternteile erhalten einen Einblick in die drei Dimensionen des Denkens und erfahren etwas über Entstehung, Funktion und Auflösung von Lernblockaden.
siehe Bereich: Pädagogik/Psychologie

39 23

Feng Shui für gesundes Wohnen und erfolgreiches Arbeiten

Einführungsseminar in die Lehre des Feng Shui
Wochenendseminar

Der Einfluss von Gebäuden auf die Vitalität und Leistungsbereitschaft der Menschen ist enorm.
Häufig sind mangelnde Erfolge schlechtem Feng Shui und negativen Landenergien zuzuschreiben. Dies trifft für alle Gebäude zu, in gleichem Maße auf Büros, Hotels, Wohn- und Firmengebäude sowie öffentliche Gebäude.
Bei richtiger Anwendung erzeugt Feng Shui vitale Energie und fördert Wohlbefinden und Harmonie.
In diesem Seminar lernen Sie die Gesetzmäßigkeiten des Qi kennen, erhalten Empfehlungen für die Wohnraumgestaltung und Anregungen, wie Sie die vitale Energie in Ihrem persönlichen Umfeld verbessern können.

Sehr gerne können Sie zu diesem Seminar Ihre Haupläne (auf Overheadfolie) mitbringen!

Hartmut Kienitz, Autorisierter Lehrer des QI-MAG® Feng Shui & Geobiologie Institute
Samstag, 17. November, 10.00–17.00 Uhr (mit Pausen),
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
6 Zeitstunden, 18,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich

Entspannung Yoga Autogenes Training

Programmbereichsleitung:
Tessa Twele, Tel. 05141/92 98-21

Für die folgenden Angebote ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

Bitte bringen Sie eine Unterlage und warme Socken bzw. Gymnastikschuhe mit.

40 01

Meditation im buddhistischen Kloster

Wochenendseminar im Kloster Vien Giac

Meditation ist neben Ethik und Philosophie eine der Säulen des Buddhismus. Meditieren bedeutet "in die Mitte gehen und aus der Mitte kommen"; daher beinhaltet Meditation Achtsamkeit und Sammlung des Geistes.
Der Weg in die Mitte ist nicht leicht, ist nicht nur eine Sache des Verstandes, sondern des ganzen Menschen mit allen seinen Fähigkeiten.
Außer den buddhistischen Hintergründen und der Praxis der Meditation – besonders des Chan-Buddhismus bzw. des Zen und auch des Theravada und des Amida-Buddhismus – werden wir uns auch kurz mit dem Begriff Meditation in der Mystik anderer Religionen beschäftigen.
Das Seminar findet in Hannover-Mittelfeld, in dem buddhistischen Kloster Vien Giac (Ort der vollkommenen Erleuchtung) statt. Es ist das Zentrum der religiösen Aktivitäten der vietnamesischen Buddhisten in Deutschland, in dem die Buddha-Lehre gelebt wird.
Ein vegetarisches Mittagessen und eine kurze Führung durch das Kloster sind vorgesehen.

Die Fahrt zum Kloster erfolgt in Privat-PKW oder in Fahrgemeinschaften auf eigene Kosten und Verantwortung. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, wenn Sie eine Mitfahrgelegenheit wünschen.
Gern erhalten Sie in der Geschäftsstelle der VHS auch eine Wegbeschreibung.

Hugo Cardenas
Samstag, 13. Oktober, 10.00–16.00 Uhr,
Kloster Vien Giac, Karlsruher Straße 6, Hannover (Treffpunkt dort um 9.50 Uhr – bitte kommen Sie pünktlich, da wir gemeinsam ins Kloster gehen),
5 Zeitstunden, 17,00 ¤, (hinzu kommen ca. 6,00 ¤ für das Mittagessen; bitte bezahlen Sie diesen Betrag gleich vor Ort).
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

40 02

Mit schwierigen Gefühlszuständen umgehen lernen

Meditations-Übungen des Buddhismus
Wochenendseminar

Die meisten Menschen kennen schwierige Gefühlszustände wie z.B. Aversion, Eifersucht, Gier oder Einsamkeit und sie haben erfahren, dass Unwohlsein mehr oder minder ein starkes Leiden bedeutet.
Der Buddhismus verfügt über Meditations-Methoden, um die Natur dieser störenden Gefühle und Gedanken zu durchschauen und sie letztlich zu überwinden.
An ihre Stelle treten dann Klarheit, innere Ausgewogenheit und Ruhe, sowie heilsame Qualitäten wie Freundlichkeit, Mitgefühl und Mitfreude.
Ein Anfang in diese Richtung kann jetzt gemacht werden!

Bitte bringen Sie eine Unterlage/Decke und ein Kissen mit.

Dagmar Doko Waskönig, Zen-Meisterin
Samstag, 8. Dezember, 10.00–18.00 Uhr,
Sonntag, 9. Dezember, 10.00–16.00 Uhr (mit Pausen),
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
12 Zeitstunden, 40,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Seminar zum Thema "Heilkraft des Lachens/Lachyoga"

siehe Bereich: Pädagogik/Psychologie

40 03

Klangschalen-Workshop

Wochenendseminar

Eine Klangmassage, eine Klangmeditation sollte man erleben, denn es ist unmöglich, dieses Erlebnis in Worte zu fassen.
Der Ton der Klangschalen bringt die Seele zum Schwingen; es ist vergleichbar mit einem Stein, der ins Wasser fällt. Hier breiten sich konzentrische Wellen aus, die das Wasser in Bewegung setzen.
Da unser Körper zu 80% aus Wasser besteht, wird durch das Anschlagen der Klangschalen jede Zelle unseres Körpers in wohltuende Schwingungen versetzt.
Die Einsatzbereiche und Behandlungsmöglichkeiten mit Klangschalen sind sehr vielfältig; bei jeder Art chronischer, körperlicher und seelischer Spannungszustände wie zum Beispiel Nervosität, Konzentrations- und Schlafstörungen, Migräne, Gelenkbeschwerden hilft die Arbeit mit Klangschalen.
Entdecken Sie an diesem Tag die wohltuende Wirkung!

Die Dozentin stellt die Klangschalen zur Verfügung; sehr gern können Sie aber auch eigene Klangschalen mitbringen.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen eine Unterlage, eine Decke und wärmende Socken mit.

Brigitte Salzmann-Tilgen, Heilpraktikerin
Sonntag, 14. Oktober, 10.00–17.00 Uhr (mit Pausen),
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
6 Zeitstunden, 20,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

40 04

Reiki – Heilkraft der Hände
Einzelveranstaltung

Reiki bedeutet soviel wie "Universale Lebensenergie".
Es ist eine alte Heilmethode, die Ende des 19. Jahrhunderts von dem Japaner Dr. Mikao Usui wieder entdeckt wurde.
Reiki beruht auf der Annahme, dass uns eine universale Energie umgibt und durchdringt. Diese Energie kann über die Hände gezielt übertragen werden.
Reiki baut Stress ab, entspannt tief, steigert das Wohlbefinden und stärkt unsere Selbstheilungskräfte.
An diesem Abend erfahren Sie unter anderem was Reiki ist, wie Reiki angewandt wird, die Geschichte von Reiki und wie Sie Reiki erlernen können.
Während einer Meditation besteht für jeden Teilnehmer die Möglichkeit, die Reiki-Energie einmal selbst zu erspüren.

Hannelore Wallmann,
Heilpraktikerin, Reiki-Lehrerin
Freitag, 19. Oktober, 19.00–21.15 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
1 Abend, 7,00 ¤.

40 05

Reiki-Anwendertag
Übungstag für Reiki I Eingeweihte
Wochenendseminar

Die guten Vorsätze nach einer Reiki-Einweihung, die Reiki-Energie möglichst jeden Tag zu nutzen, bleiben oft auf der Strecke.
An diesem Reiki-Anwendertag haben Sie eine Möglichkeit, sich während einer geführten Selbst- und Gruppenbehandlung wieder einmal intensiv auf die Reiki-Energie einzulassen.
Bereits vergessenes Wissen wird aufgefrischt, Unsicherheiten bei der Anwendung von Reiki können besprochen werden und Sie erhalten Tipps für die tägliche Anwendung.

Voraussetzung für die Teilnahme: Reiki I Einweihung (bitte bringen Sie Ihre Reiki I Urkunde mit!).
Tragen Sie bequeme Kleidung und bringen eine Unterlage/Decke mit. Denken Sie auch an etwas zu trinken!

Hannelore Wallmann,
Heilpraktikerin, Reiki-Lehrerin
Samstag, 12. Januar 2008,
10.00–13.00 und 14.00–17.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
6 Zeitstunden, 20,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Ayurveda
siehe Bereich: Gesundheit

Für Ihre telefonische Anmeldung wählen Sie bitte die Telefonnummer

(0 51 41) 92 98-0

40 06

Mal abschalten – aber wie?
Vormittagsseminar

Entspannungsübungen helfen, Stress, Unruhe und Anspannung abzubauen. Wir werden neben dem autogenen Training auch mit Phantasiereisen, Atemübungen und einfachen Übungen aus der chinesischen Heilgymnastik (Qi Gong) unser inneres und äußeres Gleichgewicht stärken und somit gleichzeitig unser gesamtes Wohlbefinden fördern.

Ingrid Otto, Seminarleiterin für Autogenes Training, Qi Gong Lehrerin
freitags, 9.30–11.00 Uhr,
Beginn: 21. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
11 Vormittage, 51,00 ¤.

40 07

T'ai Chi Chuan für Anfänger
und Teilnehmer mit einigen Vorkenntnissen
die 24 Übungen der Peking Schule, Yang-Stil

Diese langsamen, meditativ ausgeführten Bewegungen der chinesischen Bewegungskultur trainieren Körper, Geist und Seele gleichermaßen und führen zu mehr Beweglichkeit, besserer Konzentration und größerer Gelassenheit.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Gymnastikschuhe oder rutschfeste Socken mit.

Silke von Borstel, T'ai Chi und Qi Gong Lehrerin
donnerstags, 19.00–20.00 Uhr,
Beginn: 27. September,
Nadelberghalle, Nadelberg 5,
12 Abende, 40,00 ¤.

40 08

T'ai Chi Chuan
ab der 10. Sequenz

Dieses Seminar setzt Anfangserfahrungen in der Pekingform mit seinen insgesamt 24 Folgen (Yang Stil) voraus.
Wir beginnen mit der 10. Sequenz.
Das Seminar richtet sich auch an Teilnehmer, die die 10. bis 24. Form wiederholen bzw. auffrischen möchten.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Gymnastikschuhe oder rutschfeste Socken mit.

Silke von Borstel, T'ai Chi und Qi Gong Lehrerin
mittwochs, 18.00–19.00 Uhr,
Beginn: 26. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
12 Abende, 40,00 ¤.

40 09

Qi Gong – für den Rücken

Die Chinesen entdeckten, dass durch langsame Bewegungen und die innere Sammlung auf bestimmte Körperzonen die Energie des menschlichen Körpers ausgebaut und reguliert werden kann.
Unsere Aufmerksamkeit gilt dem gesamten Rücken. Mit einzelnen Übungen werden alle Rückenmuskeln trainiert und gestärkt.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Gymnastikschuhe oder rutschfeste Socken mit.

Silke von Borstel, T'ai Chi und Qi Gong Lehrerin
dienstags, 18.30–19.30 Uhr,
Beginn: 25. September,
AWO-Kindergarten, Altenhäger Kirchweg 26,
9 Abende, 30,00 ¤.

Die Feldenkrais-Methode®
leben ohne Schulter/Nacken- und Rückenschmerzen
siehe Bereich: Gymnastik/Bewegung

Autogenes Training
Progressive Muskelentspannung

Das Ziel des autogenen Trainings ist Entspannung, Erholung, Leistungs- und Konzentrationssteigerung und die Beseitigung vegetativer Störungen. Es trägt bei zur Steigerung der Fähigkeit, in Harmonie und ruhiger Gelassenheit zu leben.
Mit Hilfe des autogenen Trainings können Nervosität, Ängste, Schlafstörungen, Depressionen und Verkrampfungen abgebaut werden.
Die Progressive Muskelentspannung besteht in einem Wechsel von An- und Entspannung. Sie ist eine einfach zu erlernende Methode, die sehr gut in den Alltag integriert werden kann und so dem Stress entgegen wirkt.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Schreibunterlagen für Notizen, eine Wolldecke, Wollsocken und eventuell ein kleines Kissen mit.

40 10

Autogenes Training
nach Prof. Dr. J.H. Schultz
und Progressive Muskelentspannung
Grundstufe

Hanna Stark, Seminarleiterin für Autogenes Training und Entspannungstherapie
mittwochs, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstraße,
8 Abende, 40,00 ¤.

Autogenes Training
für junge Leute ab 15 Jahren
siehe Bereich: Junge VHS

Yoga

Yoga ist das Bemühen des Menschen um Harmonisierung seiner Lebensvorgänge. Der Teilnehmer lernt zunächst, sich körperlich, geistig und seelisch zu entspannen und die Wirkung zu erleben.
Dann werden die Vorgänge der natürlichen Atmung bewusst gemacht und geübt. Ausgewählte Körperhaltungen führen zur Beweglichkeit und Beherrschung des Körpers und seiner Harmonisierung und Kräftigung.

Mitzubringen sind bequeme und warme Sportkleidung, Wollsocken, rutschfeste Unterlage, Wolldecke und ein kleines Kissen, wenn Sie mögen.

40 11

Begegnung mit Hatha-Yoga
Kennen lernen, üben und erleben

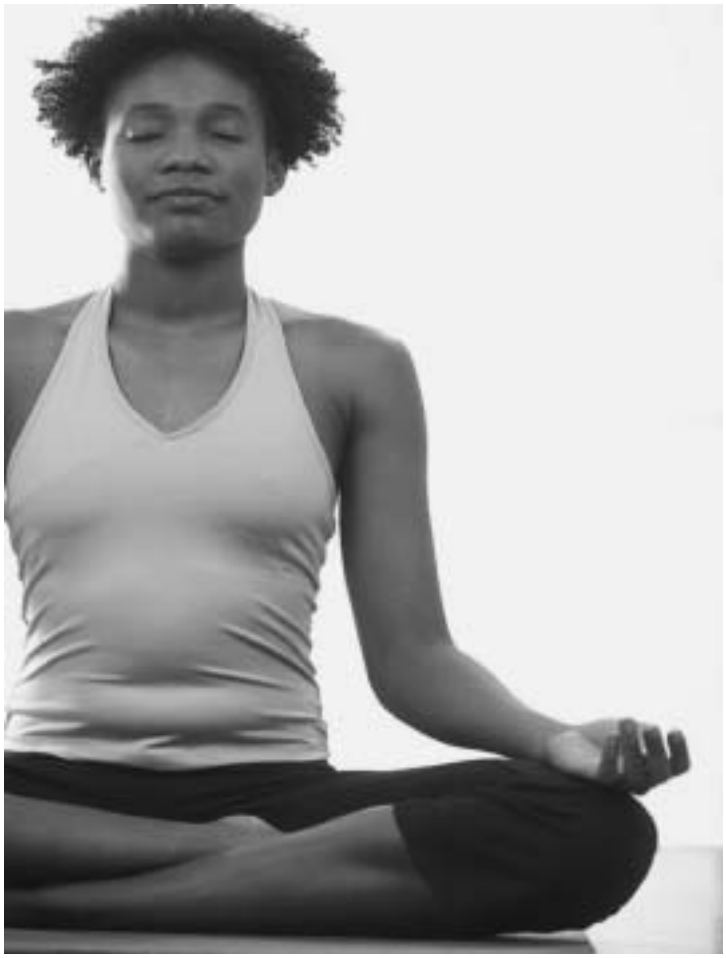
Brigitte Ruthe-Mucha
montags, 20.10–21.40 Uhr,
Beginn: 17. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
10 Abende, 50,00 ¤.

40 12

Yoga – Ankommen in Körper, Geist und Atem

Ein ganzheitlicher Gesundheitsweg für Ungeübte, die einen Einstieg in Yoga suchen oder für “alte Hasen”, die es noch einmal ganz genau wissen wollen. Sie werden hier die Gelegenheit haben, Ihren Körper intensiv wahrzunehmen und eigene Haltungs- und Bewegungsmuster zu erkennen. In einfachen Haltungen sollen die Grundprinzipien des Yogas übend erfahrbar werden. Die Wahrnehmung des eigenen Atems in den Haltungen wird Ihnen ermöglichen, Ihre Aufmerksamkeit zu zentrieren und eine angemessene Übungspraxis zu finden.
Das Kursangebot ist in Anlehnung an das VHS-Buch “Yoga – Ankommen in Körper, Geist und Atem” (Klett-Verlag) entstanden.

Ulrike Kühn, Yoga-Lehrerin
montags, 17.00–18.30 Uhr,
Beginn: 17. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
14 Abende, 66,00 ¤.



40 13

Hatha-Yoga

Körperübungen – Atemübungen – Entspannung

Durch einfache Yoga- und Atemübungen wollen wir den Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung, Aktivität und Ruhe, Beweglichkeit und Innehalten üben.

Susanne Matthews, Yogalehrerin, Atemlehrerin
donnerstags, 17.00–18.30 Uhr,
Beginn: 20. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
14 Abende, 66,00 ¤.

40 14

Hatha-Yoga

Körperübungen – Atemübungen – Entspannung

Kursinhalte siehe oben.

Susanne Matthews, Yogalehrerin, Atemlehrerin
donnerstags, 18.40–20.10 Uhr,
Beginn: 20. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
14 Abende, 66,00 ¤.

Gymnastik Bewegung / Tanz

Programmbereichsleitung:
Tessa Twele, Tel. 05141/92 98-21

Für die folgenden Angebote ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

Angebote Inline-Skaten für Kinder und Jugendliche

siehe Bereich: Junge Volkshochschule

41 01

Nordic Walking

am Vormittag

Nordic Walking unterscheidet sich von anderen Laufsportarten durch den Einsatz von Spezialstöcken.
So wird der Bewegungsapparat bis zu 30% besonders im Bereich von Fuß, Knie und Hüftgelenken entlastet. Außerdem werden durch den Stockeinsatz 70 bis 80 % der Körpermuskulatur trainiert. Verspannungen und Beschwerden im Bereich von Schulter und Nacken werden gebessert und teilweise auch beseitigt.
Regelmäßiges und richtiges Nordic Walking trägt zur Gewichtsreduktion, zur Verbesserung von Herz-/Kreislauffunktion sowie zur Stärkung der Abwehrkräfte bei. Nordik Walking ist ein Training für jede Jahreszeit.

Walking-Stöcke können für die Dauer des Kurses gegen eine Gebühr von 3,00 ¤ zur Verfügung gestellt werden. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie Stöcke benötigen. Die Gebühr ist mit der Dozentin abzurechnen.
Bitte tragen Sie möglichst Sportsachen und festes Schuhwerk bzw. Walking-/ Laufschuhe.

Marie-Luise Ertel, Nordic-Walking-Trainerin, Gesundheitsberaterin (UBG)
donnerstags, 9.00–10.30 Uhr,
Beginn: 20. September,
Treffpunkt:
Im Güldenen Winkel/Thaer’s Garten,
10 Vormittage, 44,00 ¤.

41 02

Wassergymnastik

Wassergymnastik ist ein idealer Fitness-Spaß für jedes Alter. Die gesamte Figur wird gefestigt, Muskelverspannungen verschwinden und auch der sonst so beanspruchte Stützapparat ist durch das reduzierte Körpergewicht entlastet.

Hinweis: Bei Vorerkrankungen – insbesondere bei Herz-Kreislauf-Problemen – ist vor Kursbeginn ein Arzt zu konsultieren!

Annemarie Steitzer,
Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
mittwochs, 18.45–19.45 Uhr,
Beginn: 19. September,
Schwimmhalle Roy, Hannoversche Heerstr. 94
(Einfahrt bei der Fa. Kautz)
10 Abende, 55,00 ¤.

41 03

Wassergymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Hinweis: Bei Vorerkrankungen – insbesondere bei Herz-Kreislauf-Problemen – ist vor Kursbeginn ein Arzt zu konsultieren.

Annemarie Steitzer,
Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
mittwochs, 19.50–20.50 Uhr,
Beginn: 19. September,
Schwimmhalle Roy, Hannoversche Heerstr. 94
(Einfahrt bei der Fa. Kautz)
10 Abende, 55,00 ¤.

Nicht vergessen!
Bitte bringen Sie zu den Gymnastikangeboten, die in der Trift stattfinden, neben Ihren Sportsachen auch eine Unterlage mit.

41 04

Gymnastik

am Vormittag

Eine Gymnastik von Kopf bis Fuß, eine Mischung aus Mobilisation der Gelenke, Kräftigungs- und Dehnübungen der Muskeln, Förderung der Koordination gemixt mit entspannenden Elementen … das lässt uns gut in den Tag starten!

Birgit Cewe, Übungsleiterin
mittwochs, 9.00–10.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Kursana-Residenz, Blumläger Kirchweg 1,
13 Vormittage, 38,00 ¤.

41 05

Gymnastik

am Vormittag

Kursinhalte siehe oben.

Birgit Cewe, Übungsleiterin
mittwochs, 10.10–11.10 Uhr,
Beginn: 19. September,
Kursana-Residenz, Blumläger Kirchweg 1,
13 Vormittage, 38,00 ¤.

41 06

Gymnastik für den ganzen Körper

am Vormittag

Ein buntes Programm erwartet Sie mit vielen Übungen, die den ganzen Körper – vom "Scheitel bis zur Sohle" – ansprechen.

Annemarie Steitzer,
Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
donnerstags, 9.00–10.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
11 Vormittage, 32,00 ¤.

41 07

Training der Bauch- und Beckenbodenmuskulatur

am Vormittag

Eine pflegerische Gymnastik für Frauen jeder Altersgruppe, die ihre Bauch- und Beckenbodenmuskulatur kräftigen wollen.
Im Gegensatz zu den meisten anderen Körperbereichen nehmen wir die Muskulatur des Beckenbodens kaum wahr; auch die Bauchmuskulatur vernachlässigen wir häufig. Erst bei Beschwerden wird uns die Wichtigkeit dieser Muskulatur bewusst.

Annemarie Steitzer,
Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
donnerstags, 10.10–11.10 Uhr,
Beginn: 20. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
11 Vormittage, 32,00 ¤.

41 08

Training der Bauch- und Beckenbodenmuskulatur

am Vormittag

Kursinhalte siehe oben.

Annemarie Steitzer,
Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
donnerstags, 11.15–12.15 Uhr,
Beginn: 20. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
11 Vormittage, 32,00 ¤.

41 09

Gymnastik für Problempunkte – intensiv

am Vormittag

Gezielte Übungen zur Straffung und Festigung der Problempunkte Bauch, Taille, Oberschenkel, Po.

Annemarie Steitzer,
Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
montags, 10.00–11.30 Uhr,
Beginn: 24. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
11 Vormittage, 44,00 ¤.

41 10

Gymnastik für Problempunkte

am Vormittag

Kursinhalte siehe oben.

Christiane Abeln-Krumm, Sportlehrerin
dienstags, 9.00–10.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
11 Vormittage, 32,00 ¤.

41 11

Gymnastik für Problempunkte

am Vormittag

Kursinhalte siehe oben.

Christiane Abeln-Krumm, Sportlehrerin
dienstags, 10.00–11.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
11 Vormittage, 32,00 ¤.

Bitte denken Sie daran, eine Unterlage mitzubringen!

41 12

Mollig – und fit!

Ein Angebot für alle, die Probleme mit ihrem Körpergewicht haben, sich aber dennoch in einer Gruppe Gleichgesinnter sportlich und gymnastisch betätigen wollen.
Im Mittelpunkt steht dabei nicht die Leistung, sondern die Freude an der Bewegung.
Keine Scheu – den anderen geht's genau wie Ihnen!

Martina Herrmann, Sportlehrerin
dienstags, 17.00–18.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
12 Nachmittage, 35,00 ¤.

41 13

Aerobic & viel mehr

Elemente aus dem Bereich Aerobic, Gymnastik und Entspannung werden sinnvoll miteinander verbunden. So entsteht ein abwechslungsreiches Bewegungsprogramm, das die Koordination, Ausdauer und Beweglichkeit fördert und zum Wohlbefinden beiträgt.

Viktoria Vald, Aerobic-Instructor
dienstags, 18.00–19.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
12 Abende, 35,00 ¤.

41 14

Aerobic & viel mehr

Kursinhalte siehe oben.

Viktoria Vald, Aerobic-Instructor
montags, 20.00–21.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Gymnastikraum der Sprachheilschule Klein-Hehlen, Berlinstraße 1,
12 Abende, 35,00 ¤.

41 15

Bodyshaping

Ein abwechslungsreiches Bewegungstraining mit und ohne Hilfsgeräte. Eine ausgewogene Kombination von Ausdauer- und Krafttraining mit Stretchanteilen.

Katrin Matthies, Fitnesslehrerin
dienstags, 19.00–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
12 Abende, 35,00 ¤.

41 16

Body – work – out

Ein Training, das vorwiegend der Kräftigung und Straffung unserer Muskulatur dient.

Katrin Matthies, Fitnesslehrerin
donnerstags, 20.10–21.10 Uhr,
Beginn: 20. September,
Nadelberghalle, Nadelberg 5,
12 Abende, 35,00 ¤.

41 17

Muskel-Aufbautraining für Gelenke

Unsere Gelenke, das Kniegelenk, die Hüfte … sind besonderen Belastungen ausgesetzt. Wir werden für gesunde und kranke Gelenke ein spezielles Muskel-Aufbautraining durchführen.

Petra Braun, Physiotherapeutin
donnerstags, 19.00–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Kursana-Residenz, Blumläger Kirchweg 1,
11 Abende, 32,00 ¤.

41 18

Aufbauendes Rückentraining

Vormittagskurs

Mit gezielten Übungen erhalten wir die Beweglichkeit der Wirbelsäule, beugen Verschleißerscheinungen vor und erlernen ein rückengerechtes Alltags- und Bewegungsverhalten.

Rita Fischer, Sport- und Gymnastiklehrerin
mittwochs, 9.00–10.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
15 Vormittage, 44,00 ¤.

41 19

Aufbauendes Rückentraining

Vormittagskurs

Kursinhalte siehe oben.

Rita Fischer, Sport- und Gymnastiklehrerin
mittwochs, 10.00–11.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
15 Vormittage, 44,00 ¤.

41 20

Aufbauendes Rückentraining

Vormittagskurs

Kursinhalte siehe oben.

Rita Fischer, Sport- und Gymnastiklehrerin
mittwochs, 11.00–12.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
15 Vormittage, 44,00 ¤.

41 21

Wirbelsäulengymnastik

Durch diese Gymnastik soll eine Stabilisierung der Rückenmuskulatur erreicht und ein wirbelsäulengerechtes Verhalten für das tägliche Leben erlernt werden.
An einigen Abenden werden wir Übungen mit dem Pezziball ausprobieren. Die Dozentin wird dies vorher im Kurs bekannt geben.

Karin Dehning, Physiotherapeutin
mittwochs, 19.10–20.10 Uhr,
Beginn: 19. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
10 Abende, 29,00 ¤.

41 22

Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Karin Dehning, Physiotherapeutin
mittwochs, 20.15–21.15 Uhr,
Beginn: 19. September,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
10 Abende, 29,00 ¤.

41 23

Die Feldenkrais-Methode®

leben ohne Schulter/Nacken- und Rückenschmerzen
Wochenendseminar

Ist das möglich? Wie kann die Last auf den Schultern leichter getragen werden? Wie wird der Rücken entlastet, so dass es wieder möglich ist, aufrecht zu gehen? Wie können Füße und Beine den Körper ohne Schmerzen tragen?
Sich lebendig fühlen heißt "IN BEWEGUNG SEIN".
Die Feldenkrais-Methode kann

- Schmerzen, Bewegungs- und Funktionseinschränkungen lindern
- Altes, Festgefahrenes in Gang bringen, neu entwickeln, lösen
- helfen, sich leichter, eleganter, sanfter, ganz ohne Anstrengung zu bewegen
- Körper und Geist in neuen Schwung versetzen
- die Konzentration beim Lernen und Arbeiten verbessern.

Bitte tragen Sie bequeme, warme Kleidung, bringen eine weiche Unterlage mit und ein großes Badetuch, das bei Bedarf zu einem Kissen oder zu einer Rolle gefaltet werden kann.

Anne Kapretz, Gilde lizensierte Feldenkrais®-Lehrerin
Freitag, 16. November, 18.30–20.15 Uhr,
Samstag, 17. November, 14.30–18.00 Uhr,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
5 Zeitstunden, 17,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Bitte denken Sie daran, eine Unterlage mitzubringen!

41 24

Body-Fitness

Kraft, Ausdauer & Entspannung in einem Work-Out vereint!

Katrin Matthies, Fitnesslehrerin
mittwochs, 19.00–20.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Gymnastiksaal der Realschule Westercelle,
11 Abende, 32,00 ¤.

41 25

Konditionsgymnastik für Herren

Aboubacar Sylla, Fitnesstrainer, Karatetrainer
donnerstags, 18.30–19.30 Uhr,
Beginn: 20. September,
Turnhalle der Realschule Westercelle,
11 Abende, 32,00 ¤.

41 26

Kickboxen & mehr

zum Kennenlernen
Wochenendseminar

Kickboxen ist eine dynamische Kampfsportart, bei der Fitness, Beweglichkeit, Schnelligkeit und Reaktionsvermögen gleichermaßen wichtig sind.
Durch die Vielfalt der körperlichen Anforderungen ist Kickboxen im Vergleich mit anderen Sportarten eine hervorragende Möglichkeit, seinen Körper fit und gesund zu halten.
Neben den körperlichen Fähigkeiten werden auch charakterliche Eigenschaften wie z.B. Mut, Willenskraft, Selbstvertrauen, Fairness und Disziplin trainiert.
Kickboxen ist auch eine wirksame Art der Selbstverteidigung, es ist Wettkampftraining oder auch nur eine Fitnesssportart … lernen Sie – egal ob jung oder etwas älter, Mann oder Frau – diese Sportart kennen.

Metin Bagiran, Budomeister (7. DAN)
Freitag, 23. November, 20.00–22.00 Uhr,
Samstag, 24. November, 15.00–17.00 Uhr,
Sonntag, 25. November, 11.00–13.00 Uhr,
Hehlentorhalle, Harburger Str. (Eingang über den Schulhof der Hehlentorschule),
6 Zeitstunden, 20,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Bitte denken Sie daran, eine Unterlage mitzubringen!

41 27

Jazzdance

für Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Susanne Fischer, Sport- und Gymnastiklehrerin
donnerstags, 18.00–19.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Aula der Realschule Westercelle,
10 Abende, 29,00 ¤.

41 28

Orientalischer Tanz – "Raks Sharki"

Grundstufe

Der orientalische Tanz gilt als der älteste und zugleich weiblichste aller Tänze. Er ist ein sehr kommunikativer Tanz, den Frauen miteinander und auch füreinander tanzen können.
Der orientalische Tanz gehört zu den wenigen Tanzformen, bei der die Betonung auf der Isolierung bestimmter Körperteile liegt. Diese Isolationsübungen vermitteln ein intensives Verständnis für den eigenen Körper. Es wird gelernt, jeden Muskel und die Gelenke einzeln zu bewegen. Der Körper wird dadurch geschmeidiger.

Bitte bringen Sie ein Tuch für die Hüfte und Gymnastikschuhe mit.

Christine Witting
mittwochs, 17.45–18.45 Uhr,
Beginn: 19. September,
Gymnastikraum der Sprachheilschule Klein-Hehlen, Berlinstraße 1,
10 Abende, 33,00 ¤.

41 29

Orientalischer Tanz – "Raks Sharki"

Mittelstufe

Es wird das Verständnis der orientalischen Musik nahe gebracht und in geschmeidige, fließende Bewegungen des Körpers umgesetzt.
Weiter werden Isolationsübungen – koordiniert mit dem Tanzstock – zur Unterstützung der einzelnen Tanzschritte erarbeitet.
Zum Abschluss zeigen wir Ihnen, wie mit sinnlichen Akzenten und außergewöhnlich raffinierten Elementen der Schleier in den orientalischen Tanz integriert werden kann.

Bitte bringen Sie ein Hüfttuch, Gymnastikschuhe – und wenn vorhanden – einen Schleier und einen Tanzstock mit.

Christine Witting
mittwochs, 19.00–20.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Gymnastikraum der Sprachheilschule Klein-Hehlen, Berlinstraße 1,
10 Abende, 33,00 ¤.

41 30

Orientalischer Tanz – “Raks Sharki”

für Fortgeschrittene

Nach dem warm-up mit Isolations- und Koordinationsübungen erarbeiten wir verschiedene Tänze, so den Hi-e-bas, den Stocktanz, Tänze mit dem Schleier, den Schimmy … und den Umgang mit den Zimbeln, die sofort mit Tanzschritten kombiniert werden.

Bitte bringen Sie Gymnastikkleidung und Gymnastikschuhe mit, außerdem – wenn vorhanden – ein Hüfttuch, drei Schleier, einen Tanzstock und Zimbeln.

Christine Witting
mittwochs, 20.10–21.10 Uhr,
Beginn: 19. September,
Gymnastikraum der Sprachheilschule Klein-Hehlen, Berlinstraße 1,
10 Abende, 33,00 ¤.

41 31

American Line Dance

Wochenendseminar

Let’s go… auf geht’s in den Wilden Westen. Nicht mit Colt und Lasso, sondern mit fetziger Country Musik.
Wir wollen tanzen, wie einst die Cowboys in Texas – Line Dance.
Wie der Name schon sagt, alle in einer Linie mit den gleichen Schrittfolgen. Mit Klatschen, Stampfen, Kicken werden die Schritte rhythmisch zur Musik begleitet. Zur Abwechslung sind Drehungen und Richtungswechsel eingebaut.
Eine Altersgrenze gibt es nicht und auch ein Tanzpartner ist nicht erforderlich.

Bitte bringen Sie feste Schuhe ohne färbende Sohle (auch keine “Krepp- oder Gummisohle”) und etwas zu trinken mit.

Corina Jensen, Übungsleiterin von “Loose Boots”
Freitag, 26. Oktober, 19.00–21.00 Uhr,
Samstag, 27. Oktober, 14.00–17.00 Uhr,
Sonntag, 28. Oktober, 10.00–13.00 Uhr (Herbstferien!),
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
8 Zeitstunden, 27,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

41 32

American Line Dance

Wochenendseminar

Kursinhalte siehe oben.

Bitte bringen Sie feste Schuhe ohne färbende Sohle (auch keine “Krepp- oder Gummisohle”) und etwas zu trinken mit.

Corina Jensen, Übungsleiterin von “Loose Boots”
Freitag, 23. November, 19.00–21.00 Uhr,
Samstag, 24. November, 14.00–17.00 Uhr,
Sonntag, 25. November, 10.00–13.00 Uhr,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
8 Zeitstunden, 27,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

41 33

Tango Argentino

Wochenendseminar

Aller Anfang ist schwer, doch lassen Sie sich von diesem leidenschaftlichen Tanz inspirieren … Rhythmus erleben, mit Hand & Fuß, Kopf & Körper darin eintauchen, während jede Faser unter Spannung steht, das will gelernt sein!
Tango ist ein Paartanz, es wäre daher gut, wenn Sie sich zu zweit anmelden könnten.

Bitte bringen Sie Schuhe mit glatten (Leder-)sohlen und etwas zu trinken mit!

Peter Briem, ADTV Fachtanzlehrer
Freitag, 28. September, 20.10–22.10 Uhr,
Samstag, 29. September, 16.00–18.00 Uhr,
Sonntag, 30. September, 13.00–15.00 Uhr,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
6 Zeitstunden, 20,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

41 34

Salsa & Merengue

Tanzen nach lateinamerikanischen Rhythmen

Wochenendseminar

Lebensfreude und Spaß an der rhythmischen Bewegung des Körpers zu den Klängen der lateinamerikanischen Musik und natürlich die grundlegenden Schrittfolgen des Salsa und Merengue werden wir Ihnen in diesem Workshop näher bringen.
Diese Musik und dieser Tanz werden Sie für ein paar Stunden verzaubern.
Salsa und Merengue sind Paartänze, es wäre daher gut, wenn Sie sich zu zweit anmelden könnten.

Bitte bringen Sie Schuhe mit glatten (Leder-)sohlen und etwas zu trinken mit!

Peter Briem, Tanzlehrer
Freitag, 28. September, 18.00–20.00 Uhr,
Samstag, 29. September, 14.00–16.00 Uhr,
Sonntag, 30. September, 11.00–13.00 Uhr,
Gymnastikraum der VHS, Trift 20,
6 Zeitstunden, 20,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Tanz

siehe Bereich:
Älter werden – andere Perspektiven

Badminton

siehe Programm der Außenstelle Hambühren, H 8.

Tennis

siehe Programm der Außenstelle Hambühren, H 9.

Kochen, Backen Haushaltsführung Weinseminare

Programmbereichsleitung:
Tessa Twele, Tel. 05141/92 98-21

Für die folgenden Angebote ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Eine schriftliche Anmeldung ist für alle Koch- und Backkurse erforderlich. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt und bestätigt.

Bei Abmeldungen müssen die angegebenen Lebensmittelkosten berechnet werden, wenn die Abmeldung später als drei Werktage vor Kursbeginn erfolgt (siehe auch unter „Abmeldung“, Seite 5).

Bitte bringen Sie zu den Koch-/Backkursen Topflappen, Geschirrtuch, ein kleines Küchenmesser und evtl. einen Behälter für übrig gebliebene Speisen mit!

42 01

Tütensuppen lebt wohl

endlich kann ich kochen!

Wie kann man das Chaos in der Küche vermeiden und im Handumdrehen unkomplizierte Gerichte zaubern?
Was ist eine Mehlschwitze? Was kann man mit Kartoffeln anfangen? Wie trenne ich ein Ei? Wie kann man tolle Suppen ohne Tüte kochen? Pizza, einmal nicht aus dem Kühlregal!
Schnelle, einfache, leckere und die Gesundheit fördernde Gerichte mit Elementen aus der asiatischen und der Mittelmeerküche werden unsere Kochthemen sein.

Eingebettet ist das ganze in viele praktische Tipps bei der Auswahl der Lebensmittel, dem "Handwerkszeug" und der Organisation des "Tatortes Küche".
Angesprochen sind ganz besonders ungeübte und unerfahrene Köchinnen und Köche, die auf Fertiggerichte "Null-Bock" haben und in einer Gruppe Gleichgesinnter mit Spaß, Ernst & Tatendrang den Kochlöffel in die Hand nehmen möchten.

Brigitte Kirchner, Ernährungsberaterin
mittwochs, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 26. September,
Küche der Berufsbildenden Schulen III, Bahnhofstraße,
3 Abende, 26,00 ¤ + 15,00 ¤ Lebensmittelkosten für 3 (!) Abende = 41,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Kochen für Männer

siehe Programme der Außenstelle Eschede, E 20 und Lachendorf, L 34.

42 02

Lecker, preiswert, gesund!

So soll ein Essen sein! Und wenn es dann noch schnell zubereitet ist, freut sich die ganze Familie.
Wir kochen viele alltagstaugliche Gerichte, die auch Kindern schmecken werden.
Gemüse, Fleisch, Fisch, Obst … alles ist vertreten und zeigt Ihnen, wie eine abwechslungsreiche Ernährung aussieht.

Brigitte Kirchner, Ernährungsberaterin
donnerstags, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 8. November,
Küche der Berufsbildenden Schulen III, Bahnhofstraße,
4 Abende, 35,00 ¤ + 10,00 ¤ Lebensmittelkosten für 4 Abende (!) = 45,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

42 03

Fitnessküche

für Leute ab 40

Mit dem "Alter" sollten wir mehr auf eine gute Ernährung achten. Die Mittelmeer- und asiatische Küche findet wegen der Verwendung der vielen frischen und bioaktiven Lebensmittel unter gesundheitsbewussten Feinschmeckern immer größeren Anklang. Wo finden wir sonst noch Anregungen mit natürlichen Gewürzen und Aromen für eine gesundheitsfördernde Ernährung? Was können wir alltagstauglich mit angemessenem Zeit- und Materialaufwand in die Praxis umsetzen?
Wir kochen in diesem VHS-Semester (neue) Gerichte aus aller Herren Länder, die diesen Ansprüchen gerecht werden und lassen uns die leckeren Speisen in geselliger Runde munden.

Brigitte Kirchner, Ernährungsberaterin
donnerstags, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 27. September,
Küche der Berufsbildenden Schulen III, Bahnhofstraße,
4 Abende, 35,00 ¤ + 24,00 ¤ Lebensmittelkosten für 4 (!) Abende einschließlich Wasser & Wein = 59,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Bitte denken Sie daran, zu den Kochkursen ein Geschirrtuch, ein kleines Küchenmesser und evtl. einen Behälter für übrig gebliebene Speisen mitzubringen!

42 04

Für unsere Gäste

nur das Beste

Doch sollte auch der Koch, die Köchin Gäste und Essen genießen können.
Eine Gästebewirtung, die sich gut vorbereiten lässt, die einfache aber effektvolle Speisen zaubert, die den Gaumen der Gäste schmeichelt, aber der Köchin auch Zeit für ihre Gäste lässt, ist das Beste.

Anneliese Stadie
montags, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 17. September,
Küche der Berufsbildenden Schulen III, Bahnhofstraße,
2 Abende, 18,00 ¤ + 14,00 ¤ Lebensmittelkosten = 32,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

42 05

Einladung zum Brunch

heute mal am Samstagvormittag

Und – was soll ich zubereiten?
Sie werden viele Rezepte und Anregungen bekommen, für jeden Geschmack wird etwas dabei sein, und Sie haben hier die Möglichkeit, alles auszuprobieren und zu kosten.
Eine gute Vorbereitung für Ihre nächste Einladung!

Iris Schacht, Dipl.-Ökotrophologin
Samstag, 10. November, 9.30–13.30 Uhr,
Lehrküche der Albrecht-Thaer-Schule, Am Reiherpfahl 14,
1 Vormittag, 12,00 ¤ + 12,00 ¤ Lebensmittelkosten = 24,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

42 06

Namaske!

Willkommen in der indischen Küche

Indien – das Traumland der Gewürze, das Land, wo der Pfeffer wächst – hat eine Küche mit fein aufeinander abgestimmten Gewürzen und Gewürzmischungen, die nicht nur den Gaumen erfreuen, sondern auch gezielt vor Krankheiten schützen und den Menschen zu körperlicher und seelischer Ausgeglichenheit verhelfen.
Lernen Sie, indische Speisen zu kochen, zu würzen und sich daran zu erfreuen.

Dieter Gefeke, Küchenmeister
dienstags, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 25. September,
Küche der Berufsbildenden Schulen III, Bahnhofstraße,
5 Abende, 44,00 ¤ + 20,00 ¤ Lebensmittelkosten für die ersten zwei Abende = 64,00 ¤. Die Lebensmittelkosten für die weiteren Abende werden mit dem Dozenten abgerechnet.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

42 07

Thailändische Küche

Nirgendwo in Asien wird leichter, delikater, bekömmlicher und zugleich so würzig und intensiv gekocht wie in Thailand. Viel Gemüse und Kräuter geben Duft und Farbe, wenig Fett und tierische Lebensmittel machen das Essen so bekömmlich und – ob feurig scharf oder samtig mild, ob etwas ausgefallen oder ganz einfach – bei der Fülle von Rezepten kommt jeder Genießer auf den Geschmack und ganz bestimmt auf neue Ideen.

Panprapai Vieth
montags, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 12. November,
Küche der Realschule Westercelle, Schulstraße 4,
4 Abende, 35,00 ¤ + 20,00 ¤ Lebensmittelkosten für die ersten zwei Abende = 55,00 ¤. Die Lebensmittelkosten für die weiteren Abende werden mit der Dozentin abgerechnet.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

42 08

Kochen mit dem Wok

Der Wok erobert unsere Küche, mehr und mehr …
Mit tollen Rezepten, die nicht nur aus Asien stammen, werden Sie die Vielfältigkeit des Woks kennen lernen.
Garen, Braten, Kochen … alles ist möglich!

Kexun Busch
dienstags, 18.00–21.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Küche der Blumläger Schule, Blumlage 42,
2 Abende, 18,00 ¤ + 20,00 ¤ Lebensmittelkosten = 38,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

42 09

Lust auf mehr – Wok?

Dann sollten Sie dieses Angebot nicht verpassen.
Ein Wok ist ideal zum Kochen für eine oder für zehn Personen, Wok-Gerichte schmeicheln unsere Sinne und die Vielfalt an kleinen und großen Gerichten ist grenzenlos.

Kexun Busch
dienstags, 18.00–21.00 Uhr,
Beginn: 9. Oktober,
Küche der Blumläger Schule, Blumlage 42,
2 Abende, 18,00 ¤ + 20,00 ¤ Lebensmittelkosten = 38,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Bitte denken Sie daran, zu den Kochkursen ein Geschirrtuch, ein kleines Küchenmesser und evtl. einen Behälter für übrig gebliebene Speisen mitzubringen!

42 10

Kulinarische italienische Treffen

Abend für Abend werden wir gemeinsam ein köstliches und vielseitiges Menü mit viel Gemüse und gesundem Olivenöl zubereiten. Nach zwei bis drei italienisch leichten Vorspeisen folgt jeweils ein interessantes Nudel-, Fleischgericht und/oder Fischgericht mit passenden Beilagen.
Zum Menü backen wir Brot und bereiten eine aromatische Kräuterbutter zu.
Selbstverständlich müssen wir dann in gemütlicher Runde auch kosten, ob alles gut gelungen ist. Bei Cappuccino, Espresso und einem leckeren Nachtisch belohnen wir uns für die Mühe der Zubereitung.
Was wäre aber ein italienisches Essen ohne Wein? Deshalb steht dabei über allem Friedrich Hebbels Weisheit: „Der Wein ist die edelste Verkörperung des Naturgeistes"!

Michela Hamilton-Esposito
montags, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 15. Oktober,
Küche der Berufsbildenden Schulen III, Bahnhofstraße,
5 Abende, 44,00 ¤ + 20,00 ¤ Lebensmittelkosten für die ersten zwei Abende = 64,00 ¤. Die Lebensmittelkosten für die weiteren Abende werden mit der Dozentin abgerechnet.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

42 11

Das Kochduell

Neue Rezeptideen, Spaß und modernste Technik, das vereint dieses Angebot.
Wir kochen in einem Küchenstudio, so dass uns die modernsten Geräte sowie eine neue, moderne Technik zur Verfügung stehen.
Welcher "Hobby"-Koch, welche Köchin hätten nicht Lust, ein Brot auf einem Pizzastein zu backen, einen Dampfgarer auszuprobieren oder mit dem Lavastein zu grillen … ?
Und – wer kocht schon gern ohne Spaß und Freude? Deshalb wollen wir in Form eines Kochduells an jedem Abend Ihr bestes Rezept kennen lernen.
In einem Küchenstudio haben wir die Möglichkeiten, von denen wir zu Hause schon so lange träumen. Lassen Sie sich überraschen!

Petra Thar
mittwochs, 18.30–22.00 Uhr,
Beginn 10. Oktober
(+ ein kurzer Info-Abend am Montag, 8. Oktober um 18.30 Uhr
in der VHS, Trift 20),
Kochseminar:
KÜBAU Celle, Maschweg 15,
3 Kochabende und ein Info-Abend = 34,00 ¤.
(Hinzu kommen noch ca. 12,00 ¤ Lebensmittelkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden.)
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

42 12

Kürbis & Co.

Wir werden den Herbst kulinarisch einfangen … mit herbstlichen Gemüsesorten, herbstlichen Rezepten aus unterschiedlichen Regionen und ganz vielen Ideen zum "Trend"- Gemüse Kürbis.

Iris Schacht, Dipl.-Ökotrophologin
donnerstags, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 11. Oktober,
Lehrküche der Albrecht-Thaer-Schule,
Am Reiherpfahl 14,
2 Abende, 18,00 ¤ + 14,00 ¤ Lebensmittelkosten = 32,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Bitte denken Sie daran, zu den Kochkursen ein Geschirrtuch, ein kleines Küchenmesser und evtl. einen Behälter für übrig gebliebene Speisen mitzubringen!

42 13

Kleingebäck aus vollem Korn

dazu ein Frischkostsalat …

Backen macht Spaß und es duftet dabei so herrlich verlockend aus dem Ofen.
Aus verschiedenen Getreidesorten werden u. a. Brötchen, Hörnchen, Stangen, Brezeln und Baguettes hergestellt.
Die Backwaren werden aus frisch gemahlenem Vollkornmehl mit vollwertigen Zutaten gebacken.
Ergänzend dazu werden vitalstoffreiche Frischkostsalate zubereitet, die sich gut zusammen mit dem Kleingebäck verzehren lassen.

Karin Weßler, Gesundheitsberaterin GGB
dienstags, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 6. November,
Küche der Blumläger Schule, Blumlage 42,
2 Abende, 18,00 ¤ + 18,00 ¤ Lebensmittelkosten = 36,00 ¤.
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

42 14

Wein Basis I

Einzelveranstaltung

Das Grundseminar rund um das Thema Wein soll Ihre Sensorik schulen. Sie lernen Weinarten zu unterscheiden, aber auch das Weinvokabular sowie ein Etikett zu lesen und zu verstehen.
Welche Qualitätsstufen gibt es im deutschen Weinbau und viele andere Fragen werden mit themenbezogenen Proben (9 Weine) verdeutlicht.

Martina Kremmeicke,
anerk. Beraterin für deutschen Wein (DWI)
Mittwoch, 10. Oktober, 19.00–22.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
1 Abende, 9,00 ¤ (hinzu kommen ca. 6,00 ¤ Weinumlage, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden).

42 15

Wein Basis II

Einzelveranstaltung

In diesem Seminar erfahren Sie mehr über die Arbeit im Weinberg und Keller, über alte und neue Technik und deren Wirkung, sowie Neuerungen im Weingesetz.
Diese Themen verbinden wir mit Weinproben (8 Weine) und einer kleinen Rebsortenkunde.

Martina Kremmeicke,
anerk. Beraterin für deutschen Wein (DWI)
Mittwoch, 17. Oktober, 19.00–21.15 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
1 Abende, 7,00 ¤ (hinzu kommen ca. 6,00 ¤ Weinumlage, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden).

42 16

Sekt, Secco & Champagner

schäumende Weine
Einzelveranstaltung

Wie wird aus Wein eigentlich Sekt? Ist Prosecco gleich Secco?
An diesem Abend werden Sie alles rund um deutschen Sekt, Secco und "Champagner" und deren unterschiedliche Herstellungsverfahren kennen lernen und "erschmecken".
Es werden auch Fragen zur Trinktemperatur und der richtigen Lagerung geklärt.

Martina Kremmeicke,
anerk. Beraterin für deutschen Wein (DWI)
Donnerstag, 27. September, 19.30–21.45 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
1 Abend, 7,00 ¤ (hinzu kommen ca. 7,50 ¤ Weinumlage, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden).

42 17

Wein & Schokolade

Einzelveranstaltung

… eine ungewöhnliche Kombination? Welcher Wein schmeckt zur Schokolade? Warum schmeckt Wein manchmal nach Bitterschokolade?
Ein kulinarischer Abend rund um edle Genüsse, den Geschmack von Wein & guter Schokolade.

Martina Kremmeicke,
anerk. Beraterin für deutschen Wein (DWI)
Freitag, 16. November, 19.00–21.15 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17,
1 Abend, 7,00 ¤ (hinzu kommen ca. 7,50 ¤ für Wein und Schokolade, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden).

Volkshochschule
Bergen
Außenstelle der VHS Celle

Geschäftsstelle:
Postweg 24, 29303 Bergen

Telefon: (050 51) 31 94
Fax: (0 50 51) 45 75

Konto:
Sparkasse Celle (BLZ 257 500 01)
Kontonummer 051 121 473

Leitung:
Iryna Dittmann

Unterrichtsort:
Gastgeberin für viele Kurse ist seit dem Semester II/2006 die Anne-Frank-Schule, Amtland 28, 29303 Bergen.

Anmeldung:
Freitag, 31. August,
Montag, 3. bis Freitag, 7. September,
Montag, 10. bis Freitag, 14. September,
jeweils von 16.00–18.00 Uhr.

Anmeldungen sind auch nach dem 14. September entweder telefonisch oder per Fax noch möglich.
Für alle Kurse ist eine rechtzeitige Anmeldung erforderlich. Diese werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Persönliche, telefonische oder schriftliche Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr.
Die Zahlung der Kursgebühr erfolgt bargeldlos nach dem ersten Kursabend durch Überweisung auf das o.g. Konto. Formulare für die Überweisung der Kursgebühr erhalten Sie am ersten Kursabend vom Dozenten. Die Gebühren für Kurse mit dem Vermerk „Begrenzte Teilnehmerzahl“ müssen vorher überwiesen werden!

Im Übrigen gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 5.

Warten Sie nicht auf eine Benachrichtigung, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben. Nur wenn ein Kurs abgesagt werden muss, erhalten Sie eine Nachricht.

Hinweise zu den EDV-Kursen

Bitte bringen Sie zu allen EDV-Seminaren Schreibsachen mit.

Eigene Laptops können natürlich auch mitgebracht werden.

Sie lernen auf nagelneuen Computern mit Windows XP.

B 1

Grundlagen der EDV 1

Dieser Kurs ist für alle gedacht, die zum ersten Mal an einem Personalcomputer arbeiten wollen. Er vermittelt die Grundlagen der EDV und dient zugleich als Basis für alle weiterführenden Kurse.

Kursinhalte:
- Aufbau und Funktionsweise der Computerhardware,
- Dateien und Programme sowie Dateiverwaltung,
- Arbeiten mit der grafischen Benutzeroberfläche MS-Windows,
- Arbeiten mit Zubehör und Anwendungsprogrammen.

Für die Teilnahme an diesem Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Johannes W. van IJzendoorn
dienstags, 19.00–21.15 Uhr,
Beginn: 2. Oktober,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
6 Abende, 48,00 ¤.

B 2

Grundlagen der EDV 2

Dieses Seminar ist die Erweiterung des Kurses EDV-Grundlagen 1.

Kursinhalte:
- Auffrischen der wesentlichen Inhalte aus Kurs 1 (Tastatur, Maus und praktische Computerbedienung),
- Umgang mit Datenträgern (Disketten, CD-ROM, Festplatte),
- Umgang mit und die korrekte Speicherung von Daten / Dateien,
- Zubehörprogramme von Windows.

Für diesen Kurs werden die Kenntnisse des Kurses EDV-Grundlagen 1 vorausgesetzt.

Johannes W. van IJzendoorn
dienstags, 19.00–21.15 Uhr,
Beginn: 4. Dezember,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
5 Abende, 40,00 ¤.

B 3

Erben und Vererben

Erbrecht anhand von Beispielen erläutert

Nach einer Einführung in das gesetzliche Erbrecht wird anhand von praktischen Beispielen der Erbgang in den einzelnen Ordnungen dargestellt. Dabei wird der Umgang der Rechte und Pflichten erläutet.
Weitere Inhalte: Testamentsformen und deren Inhalte, Testamentsvollstreckung und Erbauseinandersetzung, Erbverzichte und Pflichtteilsrecht.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial

Hans-Dieter Heine, Rechtsanwalt und Notar
dienstags, 19.00–21.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
2 Abende, 12,00 ¤.

B 4

Vorsorgevollmacht

mit Betreuungs- und Patientenverfügung

Der Verlust der Fähigkeit, für sich selbst handeln und entscheiden zu können, kann jeden ereilen. Nicht nur das Alter, auch Krankheit oder ein Unfall können es plötzlich notwendig machen, dass eine nahe stehende Person lebenswichtige Entscheidungen übernehmen muss. Für diesen Fall kann man mit einer Vorsorgevollmacht oder einer Patientenverfügung vorsorgen.

Bitte Schreibzeug mitbringen.

Lisa Eichendorf
mittwochs, 19.00–21.15 Uhr,
Beginn: 26. September,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
1 Abend, 7,00 ¤ + 1,00 ¤ für Kopien = 8,00 ¤.

B 5

Heizkosten senken

für Energiesparer und solche, die es werden wollen

Mein Auto verbraucht 7 Liter auf 100 Kilometer! Mein Kühlschrank hat die Energieklasse A! Aber wie viel verbraucht meine Wohnung auf den Quadratmeter?
Dieser Abend soll Ihnen helfen, Antworten auf die Fragen zu finden:
Was ist der Energieausweis, wer braucht ihn und wann wird er Pflicht?
Wo verliert mein Haus Energie? Wie saniere ich richtig? Welche Fördermittel gibt es?
Die einzelnen Themenbereiche werden an Hand von praxisorientierten Beispielen erläutert.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial

Uwe Mill, Dipl.-Bauingenieur, Energieberater
Donnerstag, 18.30–20.45 Uhr,
Beginn: 18. Oktober,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
1 Abend, 7,00 ¤.

B 6

Energie kostenlos

Solartechnik:
Strom und Wärme von der Sonne

Innerhalb von nur fünf Sekunden liefert die Sonne soviel Energie, wie die gesamte

Menschheit an einem Tag verbraucht. Als Energiequelle ist sie praktisch unerschöpflich. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, diese umweltfreundliche Energiequelle zu nutzen. Mit Solaranlagen kann man das benötigte Warmwasser erwärmen und sogar seine Heizung unterstützen. Solar-Strom lässt sich mit Photovoltaikanlagen erzeugen.
Erfahren Sie mehr über diese Systeme und deren Einsatzmöglichkeiten. Erleben Sie die Technik bei einer Besichtigung einer installierten Solar- und Photovoltaikanlage.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial

Uwe Mill, Dipl.-Bauingenieur, Energieberater
Donnerstag, 25. Oktober, 18.30–20.45 Uhr,
Samstag, 27. Oktober, 14.00–16.15 Uhr,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
1 Abend und eine Besichtigung, 15,00 ¤.

B 7

Winterzeit – Schimmelzeit

Ursachen und Auswirkungen von Schimmelpilzwachstum

Voraussetzung für ein Wachstum von Mikroorganismen ist generell Feuchtigkeit. Höhere Feuchtigkeit in Innenräumen kann entweder nutzungsbedingt, aufgrund von Baumängeln oder durch Havarien entstehen. Nur das Erkennen und Beseitigen der Ursachen für erhöhte Feuchtigkeit kann den daraus eventuell resultierenden Schimmelpilzbefall dauerhaft verhindern.
Erfahren Sie anhand von Schadensbildern und Beispielen, welche Ursachen zu Schimmelpilzwachstum führen können und wie man Schimmelschäden saniert.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial

Michael Sievers, Bioingenieur, Baubiologe
Donnerstag, 18.30–20.45 Uhr,
Beginn: 1. November,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
1 Abend, 7,00 ¤.

B 8

Englisch VII

Lehrbuch: New Headway English Course, Elementary German Edition, Student's Book und Arbeitsbuch mit Grammatik.

Maren Pritchard
mittwochs, 19.30–21.00 Uhr,
Beginn: 26. September,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
12 Abende, 53,00 ¤.

B 9

Umgang mit der französischen Sprache

Freies Sprechen, Lektüre und Wiederholung mit Preferences.

Lehrbuch: Preferences, Klett-Verlag, ISBN 3-12-52 9191-7.

Ursula Cornils, Fremdsprachenkorrespondentin
dienstags, 19.00–20.30 Uhr,
Beginn: 18. September,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
10 Abende, 47,00 ¤.

B 10

Wir fertigen einen Lichterkettenstrauß

Um Glanz in unsere Weihnachtsstube zu bringen, wollen wir mit einfachen Mitteln einen Lichterkettenstrauß binden und dekorieren. Die Lichterkette sollte 20 Lichter haben, um richtig zu wirken.

Bitte mitbringen: gemischtes Grün, Lichterkette, Rosenschere, Messer. Dekomaterial können Sie bei der Dozentin erwerben.

Susanne Hempel, Floristin
Montag, 12. November, 19.00–21.15 Uhr,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
1 Abend, 7,00 ¤ (+ Materialkosten).

B 11

Malen und Zeichnen

für Anfänger und Fortgeschrittene

Schwerpunkt ist das Aquarellieren. Wer auch Spaß am Zeichnen hat, wird in den unterschiedlichen Techniken (Rötel, Graphit, Kohle usw.) gefördert. Einige Materialien stehen für den Anfang zur Verfügung. Neuanschaffungen werden im Kurs besprochen.

Vorhandene Mal- und Zeichenutensilien bitte mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Roswitha Stapel, Malerin
dienstags, 17.00–19.15 Uhr,
Beginn: 16. Oktober,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
6 Abende, 45,00 ¤.

B 12

Zeichnen, Malen und Gestalten

ein Kurs für kreative Kids

Entdecke den Künstler in Dir!

Bitte mitbringen: Zeichenblock Din A5, Buntstifte und Wachsmalstifte.
Weitere Materialien werden im Unterricht zur Verfügung gestellt.

Elisabeth Scholze-Mader, psychosoziale Kunsttherapeutin, Bewegungslehrerin T'ai Chi und Qi Gong, Hatha-Yoga
freitags, 15.00–16.30 Uhr,
Beginn: 21. September,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
6 Nachmittage, 30,00 ¤ + 3,00 ¤ für Materialkosten = 33,00 ¤.

B 13

Homöopathie

Die Homöopathie als ein Gebiet der Naturheilverfahren erfreut sich großer Beliebtheit. Der erste Abend soll einen Einblick geben in die Geschichte, die Grundsätze und Behandlungsmethoden der homöopathischen Medizin sowie die richtige Anwendung der homöopathischen Arzneimittel.
Der zweite Abend hat zum Thema „Die homöopathische Hausapotheke", d.h. verschiedene Homöopathika werden für bewährte Indikationen vorgestellt.

Wiebke Hörcher, Apothekerin
mittwochs, 19.30–21.00 Uhr,
Beginn: 21. November,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
2 Abende, 9,00 ¤.

B 14

Entspannungstraining

Progressive Muskelentspannung

Progressive Muskelentspannung ist ein einfach zu erlernendes Verfahren, um über die Entspannung der willkürlich beeinflussbaren Muskulatur psychische Spannungen abzubauen. Ein ökonomischer Umgang mit Ihrer persönlichen Energie wirkt sich günstig auf alle Lebensbereiche aus. Eine entspanntere Grundhaltung zum Leben kann sich unter anderem positiv auf die Verwirklichung von guten Vorsätzen auswirken (z.B. mit dem Rauchen aufzuhören, sich mehr zu bewegen, die Ernährung umzustellen und was es da sonst noch gibt).

Bitte mitbringen: Isomatte, warme bequeme Kleidung

Horst Bernhardt, Sportübungsleiter für Sport und Entspannung in der Prävention, Kursleiter für Nordic Walking.
dienstags, 19.30–20.30 Uhr,
Beginn: 18. September,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
10 Abende, 33,00 ¤. Der Kurs findet auch während der Ferien statt.

B 15

Begegnung mit Hatha-Yoga

Entspannungs- und Atemübungen für Anfänger und Fortgeschrittene

Entspannungsübungen bieten die Möglichkeit, Verspannungen im Körper zu lösen. Blockaden werden mit Hilfe von sanften Dehnübungen bewusst gemacht und so zusammen mit dem Atem leichter aufgelöst. Auf diesem Wege gelangen wir zu mehr Energie, aber auch zu mehr Gelassenheit, die in den Alltag mit eingebracht werden kann.

Bitte mitbringen: rutschfeste Unterlage, Wolldecke, bequeme Kleidung und warme Socken.

Anne Marie Nolte, Yogalehrerin
dienstags, 19.45–21.15 Uhr,
Beginn: 18. September,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
10 Abende, 50,00 ¤.

B 16

Qi Gong
8 Übungen für den Alltag

Fitness und Spaß für die ganze Familie

In China werden Sie von Schülern und Berufstätigen wie selbstverständlich in den Alltag integriert. Sie wurden aus klassischen Gesundheitsübungen und der Selbstverteidigungskunst entwickelt. Ziel dieser Übungen ist es, den Körper jeden Tag durchzuarbeiten und mit 5 bis 10 Minuten täglich, die Kondition zu verbessern. Durch ihren spezifischen Bewegungsablauf wirken sie jedoch nicht nur wie Gymnastikübungen, sondern auch auf den Qi-Fluss. Die Übungen eignen sich auch als Vorbereitung für andere Qi Gong Übungen und T´ai Chi Chuan.
Dieses Angebot richtet sich besonders an junge Familien. Schon Kinder im Kindergartenalter können mitmachen und auch die Großeltern sind willkommen.

Bitte mitbringen: Gymnastikschuhe, bequeme Kleidung.

Elisabeth Scholze-Mader, psychosoziale Kunsttherapeutin, Bewegungslehrerin T'ai Chi und Qi Gong, Hatha Yoga
freitags, 17.00–18.00 Uhr,
Beginn: 21. September,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
6 Abende, 20,00 ¤.

B 17

Tai Ji

Die fünf Elemente nach Chungliang Al Huang

„Tanz mit den fünf Symbolen des Lebens", nennt es Huang selbst.
Diese Bewegungsfolge ist für Anfänger besonders geeignet, geübt wird mit Musik. Die Arbeit mit den fünf Lebenskräften der alten chinesischen Philosophie verhilft dazu, die Chi-Kraft zum Fließen zu bringen.
„Übe Tai Ji so,
dass Dir die Freude
daran erhalten bleibt.
Nimm die Zeit, die Du übst,
als etwas, das Du Dir selbst schenkst,
als Oase der Ruhe
in einem sonst hektischen Tag". (Chungliang Al Huang)

Elisabeth Scholze-Mader, psychosoziale Kunsttherapeutin, Bewegungslehrerin T'ai Chi und Qi Gong, Hatha Yoga
freitags, 18.15–19.45 Uhr,
Beginn: 21. September,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
6 Abende, 30,00 ¤.

B 18

Nordic Walking

am Vormittag

Erlernen Sie die Gelenk schonende und fitmachende Sportart – Nordic Walking. Keine asphaltierten Wege – unsere nordischen Aktivitäten finden nur in Feld, Wald und der Heide statt.
Sicher haben Sie schon oft mit Stöcken gehende Walker beobachtet und sich gefragt, ob und was es denn bringt, sich so zu bewegen. Nach diesem intensiven Kurs wissen Sie dann, wie es richtig „geht".

Walking-Stöcke können für die Dauer des Kurses gegen eine Gebühr von 3,00 ¤ zur Verfügung gestellt werden. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie die Stöcke benötigen. Die Gebühr ist mit dem Dozenten abzurechnen.
Bitte tragen Sie möglichst angepasste Bekleidung, festes Schuhwerk bzw. Walking-/ Laufschuhe.

Horst Bernhardt, Sportübungsleiter für Sport und Entspannung in der Prävention, Kursleiter für Nordic Walking.
freitags, 10.00–11.30 Uhr,
Beginn: 21. September,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28, (das erste Treffen),
8 Vormittage, 35,00 ¤. Der Kurs findet auch während der Ferien statt.

B 19

Wirbelsäulengymnastik

Durch mangelnde und einseitige Bewegung, die zum Teil auch durch berufliche Belastungen bedingt ist, leiden viele an Verspannungen im Nacken, an Kopf- und Rückenschmerzen.
Wir wollen durch die Wirbelsäulengymnastik die Rumpfmuskulatur kräftigen und stabilisieren, die Beweglichkeit der Gelenke fördern und somit auch eine rückengerechte Bewegung erlernen.

Bitte mitbringen: Sportzeug und Gymnastikmatte.

Heinke Broders-Schrade, Sportlehrerin
montags, 18.00–19.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
11 Abende, 32,00 ¤.

B 20

Wirbelsäulengymnastik

mit Stärkung der Bauchmuskulatur

Kursinhalte siehe oben.

Mitzubringen sind: Decke oder Gymnastikmatte, Gymnastikband, Stoppsocken und Gymnastikball.

Monika Kuljurgies
dienstags, 18.00–19.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
14 Abende, 41,00 ¤.

B 21

Training der Bauch- und Beckenbodenmuskulatur

Diese pflegerische Gymnastik ist speziell für Frauen jeder Altersgruppe gedacht, die ihre Bauch- und Beckenbodenmuskulatur kräftigen wollen.

Mitzubringen sind: Gymnastikmatte, Gymnastikball, Gymnastikband und Stoppsocken.

Monika Kuljurgies
mittwochs, 18.30–19.30 Uhr,
Beginn: 19. September,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
14 Abende, 41,00 ¤.

B 22

Problemzonengymnastik

Ein abwechslungsreiches Bewegungstraining mit und ohne Hilfsgeräte. Für alle, die Spaß an der Bewegung mit Musik haben. Zur Schulung von Ausdauer, Kraft und Koordination. Zur Straffung und Stärkung des gesamten Körpers, insbesondere der Problemzonen und der Rückenmuskulatur.

Bitte mitbringen: Turnschuhe und Gymnastikmatte.

Carmen Buhr, Fach-Übungsleiterin für den Sport in der Prävention
donnerstags, 18.00–19.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
15 Abende, 44,00 ¤.

B 23

Problemzonengymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Bitte mitbringen: Turnschuhe und Gymnastikmatte.

Carmen Buhr, Fach-Übungsleiterin für den Sport in der Prävention
donnerstags, 19.10–20.10 Uhr,
Beginn: 20. September,
Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
10 Abende, 29,00 ¤.

B 24

Callanetics

Gewebestraffung am Vormittag

Durch ein gezieltes Programm können wir die Problemzonen wie Bauch, Taille, Gesäß und Oberschenkel festigen und die Muskulatur und das Bindegewebe kräftigen. Dadurch erzielen wir ein Wohlbefinden für unseren Körper und unterstützen die Haltung.

Bitte mitbringen: Sportzeug und Gymnastikmatte.

Sabine Röhrs, Gymnastiklehrerin
donnerstags, 10.00–11.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Gruppenraum Stadtbad,
12 Vormittage, 35,00 ¤.

B 25

Callanetics

Gewebestraffung am Vormittag

Kursinhalte siehe oben.

Bitte mitbringen: Sportzeug und Gymnastikmatte.

Sabine Röhrs, Gymnastiklehrerin
donnerstags, 11.00–12.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Gruppenraum Stadtbad,
12 Vormittage, 35,00 ¤.

B 26

Hip Hop Dance

für Kinder und Jugendliche

Hast du Lust auf Tanzen? Dann bist du hier ganz richtig! Wir werden verschiedene Tanzschritte einüben, wie z.B. Hip Hop, Jazz, Ballett.

Bitte Sportsachen mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Laura-Joana Matzen
dienstags, 16.00–17.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Bewegungsraum der Anne-Frank-Schule, Amtland 28,
10 Nachmittage, 33,00 ¤.

Kurse in Sülze

B 27

Begegnung mit Hatha-Yoga

Entspannungs- und Atemübungen für Anfänger und Fortgeschrittene

Entspannungsübungen bieten die Möglichkeit, Verspannungen im Körper zu lösen. Blockaden werden mit Hilfe von sanften Dehnübungen bewusst gemacht und so zusammen mit dem Atem leichter aufgelöst. Auf diesem Wege gelangen wir zu mehr Energie, aber auch zu mehr Gelassenheit, die in den Alltag mit eingebracht werden kann.

Bitte mitbringen: rutschfeste Unterlage, Wolldecke, bequeme Kleidung und warme Socken.

Anne Marie Nolte, Yogalehrerin
dienstags, 17.30–19.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Dahlhof-Schule Sülze,
10 Abende, 50,00 ¤.

B 28

Pilates
am Vormittag

Pilates ist eine einzigartige Trainingsform, deren Betonung auf haltungsgerechtem Aufrichten und dem Gleichgewicht von Körper und Geist liegt.
Die Bewegungen werden im individuellen Atemfluss konzentriert und langsam ausgeführt. Das Training selber ist ein ganzheitliches Workout, das auf sanfte Weise die tiefliegende und stabilisierende Muskulatur anspricht und so ein kräftiges Körperzentrum aufbaut.
Das Koordinationsvermögen wird verbessert und somit das Körperbewusstsein verstärkt.

Bitte mitbringen: eine rutschfeste Unterlage, kleines Kissen, evtl. Socken

Begrenzte Teilnehmerzahl

Carmen Buhr, Fach-Übungsleiterin für den Sport in der Prävention
montags, 10.00–11.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Dorfgemeinschaftshaus Sülze,
10 Vormittage, 29,00 ¤.

B 29

Pilates

Kursinhalte siehe oben.

Bitte mitbringen: eine rutschfeste Unterlage, kleines Kissen, evtl. Socken

Begrenzte Teilnehmerzahl

Carmen Buhr, Fach-Übungsleiterin für den Sport in der Prävention
mittwochs, 20.00–21.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Dorfgemeinschaftshaus Sülze,
10 Abende, 29,00 ¤.

B 30

Wirbelsäulengymnastik
am Vormittag

Durch mangelnde und einseitige Bewegung, die zum Teil auch durch berufliche Belastungen bedingt ist, leiden viele an Verspannungen im Nacken, an Kopf- und Rückenschmerzen.
Wir wollen durch die Wirbelsäulengymnastik die Rumpfmuskulatur kräftigen und stabilisieren, die Beweglichkeit der Gelenke fördern und somit auch eine rückengerechte Bewegung erlernen.

Mitzubringen sind: Decke oder Gymnastikmatte, Gymnastikband, Stoppsocken und Gymnastikball.

Monika Kuljurgies
mittwochs, 9.00–10.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Dorfgemeinschaftshaus Sülze,
14 Vormittage, 41,00 ¤.

B 31

Training der Bauch- und Beckenbodenmuskulatur
am Vormittag

Diese pflegerische Gymnastik ist speziell für Frauen jeder Altersgruppe gedacht, die ihre Bauch- und Beckenbodenmuskulatur kräftigen wollen.

Mitzubringen sind: Gymnastikmatte, Gymnastikball, Gymnastikband und Stoppsocken.

Monika Kuljurgies
mittwochs, 10.10–11.10 Uhr,
Beginn: 19. September,
Dorfgemeinschaftshaus Sülze,
14 Vormittage, 41,00 ¤.

B 32

Problemzonengymnastik

Ein abwechslungsreiches Bewegungstraining mit und ohne Hilfsgeräte. Für alle, die Spaß an der Bewegung mit Musik haben. Zur Schulung von Ausdauer, Kraft und Koordination. Zur Straffung und Stärkung des gesamten Körpers, insbesondere der Problemzonen und der Rückenmuskulatur.

Bitte mitbringen: Turnschuhe und Gymnastikmatte.

Carmen Buhr, Fach-Übungsleiterin für den Sport in der Prävention
mittwochs, 17.50–18.50 Uhr,
Beginn: 19. September,
Dorfgemeinschaftshaus Sülze,
10 Abende, 29,00 ¤.

B 33

Problemzonengymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Bitte mitbringen: Turnschuhe und Gymnastikmatte.

Carmen Buhr, Fach-Übungsleiterin für den Sport in der Prävention
mittwochs, 18.55–19.55 Uhr,
Beginn: 19. September,
Dorfgemeinschaftshaus Sülze,
10 Abende, 29,00 ¤.

B 34

La Cucina Italiana

Typische, regionale italienische Küche, von uns selbst kreativ zubereitet und in netter Runde verkostet.
Italienisch Kochen, natürlich auch für Männer!
Über 4 Abende hinweg wird ein komplettes italienisches Menü entstehen, dass Sie ihre bisherigen Vorstellungen von Spaghetti Bolognese und Pizza Margerita vergessen lässt!

Bitte mitbringen: keine Vorkenntnisse, schaden aber auch nicht!
Kreativität und Spontaneität! Spaß am Teamwork! Ein scharfes Messer, Geschirrtuch und ein Plastikgefäß. Wer mag, auch eine Schürze.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Wolfgang Colling
montags, 19.00–22.00 Uhr,
Beginn: 5. November,
Dahlhofschule Sülze,
4 Abende, 35,00 ¤, (+ ca. 25,00 ¤ Lebensmittel, die direkt mit dem Dozenten abgerechnet werden.)

Kurs in Lohheide

B 35

Wirbelsäulengymnastik

Durch mangelnde und einseitige Bewegung, die zum Teil auch durch berufliche Belastungen bedingt ist, leiden viele an Verspannungen im Nacken, an Kopf- und Rückenschmerzen.
Wir wollen durch die Wirbelsäulengymnastik die Rumpfmuskulatur kräftigen und stabilisieren, die Beweglichkeit der Gelenke fördern und somit auch eine rückengerechte Bewegung erlernen.

Mitzubringen sind: Decke oder Gymnastikmatte, Gymnastikband, Stoppsocken und Gymnastikball.

Monika Kuljurgies
donnerstags, 18.30–19.30 Uhr,
Beginn: 20. September,
Grundschule Lohheide,
14 Abende, 41,00 ¤.

Kurs in Wohlde

B 36

Wirbelsäulengymnastik
am Vormittag

Kursinhalte siehe oben.

Mitzubringen sind: Decke oder Gymnastikmatte, Gymnastikband, Stoppsocken und Gymnastikball.

Monika Kuljurgies
dienstags, 9.30–10.30 Uhr,
Beginn: 18. September,
Dorfgemeinschaftshaus Wohlde,
14 Vormittage, 41,00 ¤ (Saalmiete wird umgelegt).

Volkshochschule Samtgemeinde Eschede

Außenstelle der VHS Celle

Geschäftsstelle:
Hohen Eichen 3, 29348 Eschede

Telefon und Fax: (0 51 42) 18 47

Konten:
Sparkasse Celle (BLZ 257 500 01)
Kontonummer 52 209 178
Volksbank Südheide (BLZ 257 916 35)
Kontonummer 1 602 740 000

Leitung:
Helga Krell

Anmeldung:
telefonisch (auch Anrufbeantworter)
oder per Fax:
Montag, 3. bis Freitag, 7. September,
Montag, 10. bis Freitag, 14. September,
jeweils von 16.00–18.00 Uhr.

Anmeldungen sind auch nach dem 14. September noch möglich.
Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Persönliche und telefonische Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr. Die Zahlung der Kursgebühr erfolgt bargeldlos nach dem ersten Kursabend durch Überweisung auf eines der o.g. Konten. Formulare für die Überweisung der Kursgebühr erhalten Sie am ersten Kursabend vom Dozenten. Die Gebühren für Kurse mit dem Vermerk „Begrenzte Teilnehmerzahl“ müssen vorher überwiesen werden!

Im Übrigen gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 5.

Warten Sie nicht auf eine Benachrichtigung, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben. Nur wenn ein Kurs abgesagt werden muss, erhalten Sie eine Nachricht.

E 1

Tastschreiben am PC

für Teilnehmer ab 12 Jahren

Der Kurs vermittelt Sicherheit im Umgang mit Computer- und Schreibmaschinen-Tastaturen. Dazu werden die Buchstabenfelder der Tastatur nach dem “Zehn-Finger-Blind-System” und die wichtigsten Sonderzeichen erarbeitet und durch Übungen verfestigt.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Ingrid Schade, Sekretärin
montags, 18.30–20.30 Uhr,
Beginn: 17. September,
Haupt- und Realschule Eschede, Computerraum,
10 Abende, 62,00 ¤ + geringes Entgelt für Unterrichtsmaterial.

E 2

Arbeit mit dem Tabellenprogramm Excel

Themenschwerpunkte:
- Listen erstellen (Namenslisten, Beitragslisten etc.)
- Tabellen anlegen
- Rechnen in Tabellen (einfache Rechenfunktionen anwenden)
- Sortierungen vornehmen
- Tabellenfelder formatieren
- Tabellen verändern und gestalten
- Rahmenlinien gestalten
- erste Formeln verwenden
- Diagramme erstellen

Die Teilnehmer sollten mit Maus und Tastatur umgehen können.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Rolf Menzel, Lehrer
Dienstag, 6. und 13. November,
Mittwoch, 7. und 14. November,
jeweils von 18.30–21.00 Uhr,
Haupt- und Realschule Eschede, Computerraum,
10 Zeitstunden, 35,00 ¤ (+ 1,50 ¤ Materialkosten. Dieser Betrag ist an den Dozenten zu zahlen.)

E 3

Orientierung im Alltag

Im Alltagstrott stecken bleiben, an ständig sich wiederholenden belastenden Verhaltensmustern festhalten, seinen Alltag nicht mehr sinnvoll auf die Reihe kriegen, nicht mehr wissen wo oben und unten ist …?
Wir wollen an drei Abenden Orientierung und Sinn in unserem Alltag wiederfinden durch einfache Hinführung zu dem was eigentlich ist. Außerdem lernen wir, wie wir falsche Vorstellungen fahren lassen können und nach Wegen suchen, um tatsächlich wirkende Bedingungen zu akzeptieren. Mit Hilfe von praktischen Übungen wollen wir wieder zur Hinwendung der inneren Achtsamkeit und Selbstentdeckung gelangen. Außerdem wollen wir eigene Lösungen für all diese Fragen finden, um im Alltag wieder Kraft und klare liebevolle Orientierung zu erhalten.

Gerd Bujok, Familientherapeut und Heilpraktiker
montags, 19.30–21.30 Uhr,
Beginn: 24. September,
Haupt- und Realschule Eschede, Neubau,
3 Abende, 18,00 ¤.

E 4

Gehirn-Jogging für “50+ Personen”

Alle Muskeln unseres Körpers sollten in Bewegung bleiben und dazu brauchen wir das Gehirn.
Das Gehirn steuert alle Körperfunktionen und Verhaltensweisen, unsere Hoffnungen, Gedanken und auch unsere Persönlichkeit. Lernen Sie also dieses Wunder GEHIRN bewusst erkennen und aktivieren.
Durch leichte und anspruchsvolle Übungen können wir viel tun, um bis ins hohe Alter, und möglichst ohne Probleme, fit zu bleiben, denn “Fit sein” fängt im Kopf an.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Inge Dahms, gepr. Präventologin
dienstags, 18.00–19.30 Uhr,
Beginn: 18. September,
Haupt- und Realschule Eschede, Neubau,
4 Abende, 20,00 ¤.

E 5

Ratschläge rund ums Rad

Wochenendseminar

Ein Fahrrad muss fahren … es muss funktionstüchtig und sicher sein. Daher ist es wichtig, dass auch “die Frau” einige Reparaturen selbst in die Hand nehmen kann. Das spart Zeit, Ärger und Geld!
In diesem Workshop zeige ich Ihnen die gängigsten Reparaturtechniken für das eigene Rad (und oft auch für die Räder der Kinder!!?): Reifen flicken, Kette spannen, Lichtanlage und Bremsbelege überprüfen, Schaltung einstellen und – wenn dann noch Zeit bleibt – zentrieren wir die “Acht” aus dem Rad und beantworten auch ganz spezielle Fragen.
Vergessen Sie nicht, mit Ihrem Fahrrad zu kommen!

Bringen Sie bitte vorhandenes Werkzeug, Luftpumpe und Flickzeug mit.

Claus Stahl,
Zweiradmechaniker, Mitglied im ADFC
Samstag, 20. Oktober, 13.00–18.00 Uhr,
Schulhof der Haupt- und Realschule Eschede,
5 Zeitstunden, 17,00 ¤ + 1,00 ¤ Materialkosten = 18,00 ¤.

E 6

Kinder filzen

Wochenendkurs für Kinder ab 6 Jahre

Ich lerne eine sehr alte Technik der Wollverarbeitung kennen: das Filzen. Aus Wolle, Seifenlauge und Fantasie mache ich mir verschiedene Dinge: z.B. Haarschmuck, Ketten, Ringe, Armbänder, Obst und Gemüse, Blüten mit oder ohne Anstecknadel, oder Dekorationen für die Advents- und Weihnachtszeit.

Material hält die Dozentin bereit.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Corinna Michelsen
Sonnabend, 24. November, 14.30–17.00 Uhr,
Haupt- und Realschule Eschede, Werkraum,
8,00 ¤ + ca. 2,50 ¤ Materialkosten. Die Materialkosten sind an die Dozentin zu zahlen.

E 7

Malen und Zeichnen

für Anfänger und Fortgeschrittene

Schwerpunkt ist das Aquarellieren. Wer auch Spaß am Zeichnen hat, wird in den unterschiedlichen Techniken (Rötel, Graphit, Kohle usw.) gefördert. Einige Materialien stehen für den Anfang zur Verfügung. Neuanschaffungen werden im Kurs besprochen.

Vorhandene Mal- und Zeichenutensilien bitte mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Roswitha Stapel, Malerin
montags, 17.00–19.15 Uhr,
Beginn: 15. Oktober,
Haupt- und Realschule Eschede, Neubau,
6 Abende, 45,00 ¤.

E 8

Kalligrafie

vom Buchstaben zum Schriftblatt
Wochenendkurs

Kalligrafie, die Kunst des schönen Schreibens, bietet uns die Möglichkeit, Texte ganz individuell zu gestalten. Wir erforschen historische Buchstabenformen und setzen sie kreativ bei der Gestaltung von Schriftblättern, Karten oder kleinen Faltobjekten ein. Farben und unterschiedliche Untergründe laden zum Experimentieren

mit freien Formen der Schrift ein. Freuen Sie sich auf ein Wochenende zum Schnuppern, Ausprobieren oder Vertiefen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Bitte mitbringen: kariertes Papier (Block oder Heft DIN A 4), Zeichen- oder Skizzenblock DIN A 3, Bandzugfedern 2 und 3 mm sowie Halter (falls vorhanden), farbige Tinten, dünnen (billigen) Pinsel, Bleistift, Lineal, Schere, Klebstoff, Küchenrolle sowie einen kurzen Lieblingstext. Federn und Halter können auch im Kurs erworben werden (ca. 3,00 ¤).

Sabine Pfeiffer, Dipl. Grafik-Designerin
Sonnabend, 10. November,
10.00–12.30 und 13.00–16.30 Uhr,
Sonntag, 11. November,
10.00–12.30 und 13.00–15.30 Uhr,
Haupt- und Realschule Eschede,
11 Zeitstunden, 37,00 ¤ + 3,00 ¤ Materialkosten. Für diesen Kurs ist die Gebühr gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen. Die Materialkosten sind an die Dozentin zu zahlen.

E 9

Natürliche Herbstdekorationen

In diesem Kurs erlernen wir die Gestaltung herbstlicher Dekorationen für Tisch und Tür in neuem Trend.

Bitte mitbringen: Rosenschere, Heißklebepistole (falls vorhanden), natürliches Dekomaterial aus Wald, Feld und Flur, Ranken, Zweige mit und ohne Beeren, Borke.
Dekomaterial kann auch bei der Dozentin erworben werden.

Susanne Hempel, Floristin
Mittwoch, 17. Oktober, 19.00–21.15 Uhr,
Haupt- und Realschule Eschede, Werkraum,
1 Abend, 7,00 ¤.

E 10

Edler Schmuck selbst gestaltet

vom Entwurf zum Schmuckstück
Wochenendkurs

In diesem Kurs erhalten Sie Einblick in die grundlegenden Techniken der Schmuckgestaltung, wie Sägen, Feilen, Biegen und Schmieden.
Mit diesen Werktechniken gestalten Sie einen Kettenanhänger, Ring, Armreifen oder Ohrringe nach eigener Idee oder lassen sich von Vorlagen inspirieren.
Aus Silber, Gold, Messing oder Kupfer kombiniert mit Perlen, Glas, Keramik oder Fundstücken entsteht abgestimmt auf Typ und Garderobe ein edles Schmuckunikat.
Perlen und andere Materialien können mitgebracht oder im Kurs erworben werden.
Beim Rücktritt von diesem Kurs kann die Gebühr nur dann zurückerstattet werden, wenn eine schriftliche Abmeldung 10 Tage vor dem Beginn der Veranstaltung vorliegt. Siehe auch unter “Abmeldung”, Seite 5.

Bitte mitbringen: eine große Plastiktüte, Papier, Stift und Nahsichtbrille (falls sie benötigt wird). Tragen Sie bitte unempfindliche Kleidung. Denken Sie auch bitte an Verpflegung für den Tag und an eine Kaffee-/ Teetasse.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Stefanie Franke-Fischer, Dipl.-Designerin (FH)
Sonnabend, 20. und Sonntag, 21. Oktober,
jeweils von 10.00–13.00 und 13.30–18.00 Uhr,
Haupt- und Realschule Eschede, Werkraum,
15 Zeitstunden, 50,00 ¤ + 7,00 ¤ Gerätepauschale = 57,00 ¤. Materialkosten für ein Schmuckstück in Silber ab 5,00 ¤. Dieser Kurs kann ausnahmsweise auch stattfinden, wenn sich 8 Teilnehmer anmelden, vorausgesetzt, dass diese die Gebühr für 10 Teilnehmer aufbringen. Für diesen Kurs ist die Gebühr gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen.

E 11

T’ai Chi Chuan

Chinesische Bewegungskunst und Gesundheitsmethode

T’ai Chi Chuan ist eine Jahrhunderte alte chinesische Bewegungskunst, die vorrangig der Gesunderhaltung dient. Die Bewegungen sind langsam, geschmeidig und fließend. Millionen von Menschen Asiens erhalten sich durch regelmäßiges T’ai Chi–üben ihre körperliche und geistige Bewegungsfähigkeit und Gesundheit bis ins hohe Alter.
Regelmäßiges Üben fördert die Kräftigung der Muskulatur und des Bewegungsapparates, ist Rücken schulend, stabilisierend für Herz und Kreislauf, aktiviert die ausgewogene Aktivität der Gehirnhälften, stärkt den Atem, ist körperlich belebend und mental entspannend. Die Teilnehmer erlernen eine komplette Beginner-Form (festgelegter Bewegungsablauf), die später allein ausgeübt werden kann. Außerdem erlernen die Teilnehmer eine leichte Qi Gong Übungsfolge (5 Elemente-Harmonie) zur täglichen Ausführung.
Gleichwohl kann T’ai Chi auch sportlich trainiert werden, da ein komplettes Lockerungs-, Dehnungs- und Muskelstärkungsprogramm durchgearbeitet wird. Schließlich ist ein Hauptziel der Übungen die mentale, innere Entspannung, Sammlung, zu sich selbst zu finden, mit sich und der Welt glücklicher zu sein.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Karsten Fiedler, T’ai Chi Chuan-Lehrer
donnerstags, 20.00–21.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Haupt- und Realschule Eschede, Aula,
12 Abende, 40,00 ¤.

E 12

Yoga

In diesem Kurs wollen wir durch Körperübungen und -haltungen, durch bewusste Atmung und durch meditative Entspannung körperliche, geistige und unbewusste Zusammenhänge erfahren und wieder in ein gesundes Gleichgewicht bringen.

Die Teilnehmer sollten bequem sitzende Kleidung tragen.

Mitzubringen sind eine nicht rutschende Unterlage, eine Wolldecke und warme Socken.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Peter Hemme, Yoga-Lehrer
montags, 20.00–21.30 Uhr,
Beginn: 17. September,
Haupt- und Realschule Eschede, Aula,
10 Abende, 50,00 ¤.

E 13

Frühsport

am Vormittag

Mit guten Vorsätzen den Morgen beginnen; alle Muskelgruppen kräftigen, Gelenke mobilisieren und die Venenpumpe anregen. In der Gemeinschaft macht es noch mehr Spaß.

Die Teilnehmer sollten bequem sitzende Kleidung tragen. Bitte eine Wolldecke oder eine Isomatte und evtl. ein kleines Kissen mitbringen.
In den Herbstferien wird der Unterricht nach Absprache erteilt.

Maren Frind, Sport- und Gymnastiklehrerin
montags, 9.00–10.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Kulturraum der Escher Musenmöhl,
Rebberlaher Straße 3 a,
10 Vormittage, 29,00 ¤.

E 14

Gelenkfitness bei Osteoporose

am Vormittag

Sanfte, gleitende Bewegungen bestimmen den Übungsablauf. Bewegungsgrenzen erkennen und gezielte Übungsabläufe sollen Schwerpunkt der Stunde sein.

Die Teilnehmer sollten bequem sitzende Kleidung tragen. Bitte eine Wolldecke oder eine Isomatte und evtl. ein kleines Kissen mitbringen.
In den Herbstferien wird der Unterricht nach Absprache erteilt.

Maren Frind, Sport- und Gymnastiklehrerin
montags, 10.10–11.10 Uhr,
Beginn: 17. September,
Kulturraum der Escher Musenmöhl,
Rebberlaher Straße 3 a,
10 Vormittage, 29,00 ¤.

E 15

Gymnastik für Problemzonen

Dieser Kurs wendet sich an Frauen, die durch gezielte Gymnastik die Stoffwechselfunktionen beschleunigen wollen und durch funktionelle Übungen eine Straffung und Kräftigung der Muskulatur im Bereich von Bauch, Taille und Gesäß erreichen möchten.

Bitte bequeme Kleidung tragen, eine rutschfeste Unterlage oder eine Decke und Turnschuhe mitbringen.

Marion Suchy, Übungsleiterin
mittwochs, 17.45–18.45 Uhr,
Beginn: 19. September,
Kulturraum der Escher Musenmöhl,
Rebberlaher Straße 3 a,
10 Abende, 29,00 ¤.

E 16

Wirbelsäulengymnastik

Übungen zur Lockerung, Kräftigung und Dehnung des gesamten Wirbelsäulenbereiches. Zusätzlich sollen die Bauchmuskeln, die die Wirbelsäule stützen und entlasten, gekräftigt werden.

Die Teilnehmer sollten bequem sitzende Kleidung und Turnschuhe tragen. Bitte eine Wolldecke oder eine Isomatte mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Marion Suchy, Übungsleiterin
dienstags, 17.45–18.45 Uhr,
Beginn: 18. September,
Kulturraum der Escher Musenmöhl,
Rebberlaher Straße 3 a,
10 Abende, 29,00 ¤.

E 17

Rundum Fit

Ein Rundum-Ganzkörper-Programm für Ihre Gesundheit, das Ihre Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer fördert. Mit Musik und unterschiedlichen Geräten wie Steppbretter, Physiobändern und Hanteln erwartet Sie ein abwechslungsreiches Programm. Darüber hinaus erfahren Sie, wie Sie sich Rücken schonend beim Gehen, Stehen, Sitzen, Bücken, Heben und Tragen im Beruf und Alltag bewegen können.

Die Teilnehmer sollten bequem sitzende Kleidung tragen. Bitte eine Wolldecke oder eine Isomatte mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Marion Suchy, Übungsleiterin
dienstags, 19.00–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Kulturraum der Escher Musenmöhl,
Rebberlaher Straße 3 a,
10 Abende, 29,00 ¤.

E 18

Gymnastik
mit moderner Musik
für mehr Fitness und Kondition

Haben Sie immer mal wieder darüber nachgedacht, mehr für Ihr körperliches Wohlbefinden zu tun? Möchten Sie sich gern körperlich fit fühlen und mehr Kraft für den Alltag haben? Durch intensive Ausführung der Übungen für bessere Kondition und für größeres Haltungsbewusstsein sowie durch gezielte Kräftigungs- und Dehnungsübungen können Sie Ihr Wohlbefinden und die Gesundheit erhöhen.

Bitte bequem sitzende Kleidung tragen und eine Decke oder eine Isomatte mitbringen.

Marion Suchy, Übungsleiterin
mittwochs, 19.00–20.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Glockenkolkhalle, (kleine Turnhalle),
10 Abende, 29,00 ¤.

Für die folgenden Kurse ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Bei Kursabmeldung müssen die Lebensmittelkosten für den ersten Abend berechnet werden, wenn die Abmeldung später als drei Werktage vor Kursbeginn erfolgt. Kursteilnehmer, die zum zweiten oder dritten Unterrichtsabend gar nicht erscheinen bzw. sich später als drei Werktage vor dem Unterrichtsabend abmelden, müssen die Lebensmittelkosten für diesen nicht besuchten Abend übernehmen. Siehe auch unter „Abmeldung“, Seite 5.

Bitte denken Sie daran, zu den Kochkursen ein Geschirrtuch, ein kleines scharfes Küchenmesser und evtl. einen Behälter für übrig gebliebene Speisen mitzubringen!

E 19

Lust auf italienisches Essen?

An drei Abenden kochen wir gemeinsam nach ausgewählten Originalrezepten. Von Vorspeisen, Suppen, Nudel- und Reisgerichten über Fisch, Salate, Backwaren bis hin zu einem guten Dessert werden wir einfache, aber effektvolle Menüs zubereiten, die auch problemlos zu Hause nach zu kochen sind.
Wir werden uns Zeit für die Vorbereitung und für den eigentlichen Genuss nehmen.

Domenica Montemurro
freitags, 18.30–22.00 Uhr,
14. September, 28. September
und 12. Oktober,
Haupt- und Realschule Eschede, Schulküche,
3 Abende, 31,00 ¤ + 33,00 ¤ Lebensmittelkosten für drei Abende = 64,00 ¤. Für diesen Kurs sind die Gebühr und die Lebensmittelkosten gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen.

E 20

Kochen für Männer
Kochen aus dem Warenkorb

Mitzubringen: Wer möchte eine Schürze und Spaß am Kochen.

Hans Rohs, Küchenmeister
mittwochs, 18.30–22.00 Uhr,
17. Oktober, 7. November
und 28. November,
Haupt- und Realschule Eschede, Schulküche,
3 Abende, 31,00 ¤ + 36,00 ¤ Lebensmittelkosten für drei Abende = 67,00 ¤. Für diesen Kurs sind die Gebühr und die Lebensmittelkosten gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen.

E 21

Obst und Gemüse natürlich haltbar machen
Wochenendkurs

Wie früher auf dem Lande machen wir die Lebensmittel auf natürliche Weise haltbar. Die Natur bietet uns viele einfache Mittel zur Konservierung von Kräutern, Tee, Ost und Gemüse an. Einige Bespiele können wir praktisch ausführen:

- Tee und Kräuter trocknen
- Obst und Pilze auf Zwirn/Stäben auffädeln
- Preiselbeeren roh konservieren
- milchsauer vergorenes Gemüse zubereiten
- Sauerkraut herstellen

Bitte folgendes mitbringen: Schreibzeug, drei Schraubgläser (ca.1 l), zwei Einkochgläser mit Deckel und Klammern (ca. 1 ½ l).

Elisabeth Fischer
Sonnabend, 20. Oktober, 9.00–13.00 Uhr,
Haupt- und Realschule Eschede, Schulküche,
4 Zeitstunden, 12,00 ¤ + ca. 9,00 ¤ für biologisch angebaute Lebensmittel. Für diesen Kurs ist die Gebühr gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen. Die Lebensmittelkosten sind an die Dozentin zu zahlen.

E 22

Historisches Brot und Weihnachtsgebäck
Wochenendkurs

Nach historischen Rezepten bereiten wir auf traditionelle Art Sauerteigbrote, Laugenbrezel, Kräuter- und Gewürzbrot, Weihnachtsstollen und Lebkuchenschnitten. Den Sauerteigansatz stellen wir selbst her. Natürlich arbeiten wir mit frisch gemahlenem Vollkornmehl. Sie erhalten Fotokopien von diesen historischen Rezepten zum Backen für zuhause.

Wenn möglich bringen Sie bitte zwei große Kastenbackformen und zwei große Schraubgläser mit.

Elisabeth Fischer
Freitag, 9. November, 19.00–21.00 Uhr,
Sonnabend, 10. November, 9.00–14.00 Uhr,
Haupt- und Realschule Eschede, Schulküche,
7 Zeitstunden, 20,00 ¤ + ca. 10,00 ¤ für Lebensmittel und Kopien. Für diesen Kurs ist die Gebühr gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen. Die Lebensmittelkosten sind an die Dozentin zu zahlen.

Volkshochschule Faßberg

Außenstelle der VHS Celle

Geschäftsstelle:
Möldersweg 16, 29328 Faßberg

Telefon: (0 50 55) 56 78

Konto:
Volksbank Celle eG (BLZ 251 900 01)
Kontonummer 727 990 600

Leitung:
Peter Bungenstock

Anmeldung:
Die Anmeldung zu einem Kurs erfolgt am ersten Abend. Telefonische Anmeldungen sind nur bei ausdrücklichem Hinweis in der Kursankündigung nötig.

Unterrichtsort:
Die Kurse finden – soweit nicht anders vermerkt – in den Räumen der Grund- und Hauptschule Faßberg, Lerchenweg 1, statt.

Persönliche und telefonische Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr.
Die Kursgebühr ist unter Angabe der Kursnummer, des Kurstitels und des Semesters auf das o.g. Konto zu überweisen. Formulare für die Überweisung der Kursgebühr erhalten Sie am ersten Kursabend vom Dozenten.

Im Übrigen gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 5.

F 1

PC-Einstieg mit Windows

für PC-Anfänger und Senioren

Der Kurs vermittelt einen Überblick über:
- Aufbau und Funktionsweise eines Personalcomputers
- Zentrale Begriffe der EDV
- Wichtige Peripheriegeräte
- Die Benutzeroberfläche
- Das Arbeiten mit dem Computer
- Die Standardprogramme
- Das Internet

Telefonische Anmeldung erforderlich: (01 74) 1 69 62 39 oder über www.vhs-celle.de

Dieter Lühring, IT-Trainer
Donnerstag, 13. September, 18.45–21.45 Uhr,
Freitag, 14. September, 18.00–21.00 Uhr,
Samstag, 15. September,
9.00–12.30 und 14.00–17.00 Uhr,
12 Zeitstunden, 42,00 ¤.

F 2

EDV: Nützliches, das Spaß macht

für Teilnehmer mit geringem PC-Grundwissen

Angeboten wird eine Auswahl dessen, was Sie an Ihrem Computer machen werden:
- einen "Blickfang" herstellen (mit WordArt und ClipArt)
- Briefpapier mit Briefkopf herstellen (mit Word)
- Arbeiten in Dokumenten und Tabellen
- Serienbrieferstellung

Telefonische Anmeldung erforderlich: (01 74) 1 69 62 39 oder über www.vhs-celle.de

Dieter Lühring, IT-Trainer
Donnerstag, 27. September, 18.45–21.45 Uhr,
Freitag, 28. September, 18.00–21.00 Uhr,
Samstag, 29. September,
9.00–12.30 und 14.00–17.00 Uhr,
12 Zeitstunden, 42,00 ¤.

F 3

Excel

einfach professionell angewendet für Teilnehmer mit geringen Excel-Vorkenntnissen

Angeboten wird effektives und sinnvolles Arbeiten mit MS Excel:
- Erstellen einer Excel-Datenbank und Anwenden von Filtern
- Arbeiten mit relativen und absoluten Bezügen
- Formeln und Berechnungen
- Funktionen wie "Wenn-Dann-Sonst", "SVERWEIS", DBMIN", "DBMAX"
- Erstellen von Diagrammen
- Erstellen von Tabellenvorlagen

Telefonische Anmeldung erforderlich: (01 74) 1 69 62 39 oder über www.vhs-celle.de

Dieter Lühring, IT-Trainer
Donnerstag, 11. Oktober, 18.45–21.45 Uhr,
Freitag, 12. Oktober, 18.00–21.00 Uhr,
Samstag, 10. Oktober,
9.00–12.30 und 14.00–17.00 Uhr,
12 Zeitstunden, 42,00 ¤.

F 4

Englisch für Fortgeschrittene

Im Vordergrund steht das freie Sprechen über Themen von allgemeinem Interesse, z.T. in kleinen Gruppen. Hör- und Leseverstehen werden geübt und Grammatikkenntnisse, sofern nötig, aufgefrischt.
Mindestens einmal im Jahr fahren wir ins English Theatre nach Hamburg und bereiten uns im Kurs auf diesen Theaterbesuch gezielt vor.

Leonard Skelton, Sprachlehrer
montags, 20.00–21.30 Uhr,
Beginn: 17. September,
12 Abende, 53,00 ¤.

F 5

"Wer rastet, der rostet!"

Wochenendseminar

Ganzheitliches Gedächtnistraining (G.G.T.) hält fit!
Das G.G.T. gibt viele Anregungen und Tipps, wie Sie Ihre grauen Zellen ohne Leistungsdruck, aber in fröhlicher, entspannter Atmosphäre in Schwung bringen können. Bewegungsübungen, wie z.B. Koordinations- und Entspannungsübungen ergänzen das Kursangebot, denn "Wer sich bewegt, denkt und lernt leichter!".
Der Einstiegskurs ist für Personen in der zweiten Lebenshälfte (60+) zugeschnitten.

Gudrun Bachmann,
Ergotherapeutin und Gedächtnistrainerin
Samstag, 22. September, 9.30–12.30 Uhr,
1 Vormittag, 10,00 ¤.

F 6

Bridge

Einführungskurs in die Reizung Forum D

Wer glaubt, Bridge sei langweilig oder nur etwas für ältere Damen, der irrt gewaltig. Immer mehr Menschen lassen sich von der Faszination dieses Kartenspiels mitreißen. Bridge fördert logisches und schnelles Denken und es wird überall auf der Welt nach den gleichen Regeln gespielt.

Birgit Schänzler,
Übungsleiterin im Deutschen Bridgeverband
montags, 19.00–21.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
10 Abende, 62,00 ¤ (zuzüglich 10,00 ¤ für Unterrichtsmappen des Deutschen Bridgeverbandes, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden).

F 7

Hatha-Yoga für jeden

Entspannungs- und Atemübungen für Anfänger und Fortgeschrittene

Entspannungsübungen bieten die Möglichkeit, Verspannungen im Körper zu lösen. Blockaden werden mit Hilfe von sanften Dehnübungen bewusst gemacht und so zusammen mit dem Atem leichter aufgelöst. Auf diesem Wege gelangen wir zu mehr Energie aber auch Gelassenheit, die im Alltag mit eingebracht werden kann.

Mitzubringen sind eine rutschfeste Unterlage, Wolldecke, bequeme Kleidung und warme Socken.

Anne Marie Nolte, Yogalehrerin
montags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
10 Abende, 50,00 ¤.

F 8

Wirbelsäulengymnastik

Rückengerechte Übungen kombiniert mit Konditions- und Koordinationsschulungen. Zwischendurch immer wieder Dehnung der beanspruchten Muskulatur und zum Abschluss jeder Stunde eine Entspannungsphase.

Ina Schlicht, Sporttherapeutin
montags, 19.15–20.30 Uhr,
Beginn: 17. September,
12 Abende, 44,00 ¤.

F 9

Schongymnastik

Bewegung in der Gemeinschaft macht Spaß. Funktionelle Gymnastik und Entspannung sollen helfen, körperlichen Beschwerden oder Schwächen vorzubeugen bzw. einer Verschlechterung entgegenzuwirken.

Ina Schlicht, Sporttherapeutin
montags, 18.00–19.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
12 Abende, 35,00 ¤.

F 10

Wassergymnastik

Wassergymnastik macht nicht nur großen Spaß, sondern dient der Fitness in jedem Alter. Der gesamte Körper wird gefestigt, Muskelverspannungen verschwinden und der sonst so überbeanspruchte Stützapparat wird unter Ausnutzung der "unsichtbaren" Hilfe des Wassers entlastet. Gymnastikübungen mit der "Wassernudel" dienen der Gleichgewichts- und Haltungsschulung.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Britta Schäfer
mittwochs, 17.15–18.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
12 Abende, 26,00 ¤.

F 11

Wassergymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Britta Schäfer
mittwochs, 18.00–18.45 Uhr,
Beginn: 19. September,
12 Abende, 26,00 ¤.

F 12

Wassergymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Britta Schäfer
mittwochs, 18.45–19.30 Uhr,
Beginn: 19. September,
12 Abende, 26,00 ¤.

F 13

Wassergymnastik

für Männer und Ehepaare

Kursinhalte siehe oben.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Maren Frind, Sport- und Gymnastiklehrerin
montags, 15.30–16.15 Uhr,
Beginn: 17. September,
10 Abende, 22,00 ¤.

Volkshochschule Flotwedel

Außenstelle der VHS Celle in Wienhausen

Geschäftsstelle:
Pommernweg 5, 29342 Wienhausen

Telefon: (0 51 49) 2 30
E-Mail: VHS-Celle-Flotwedel@t-online.de

Konto:
Sparkasse Celle (BLZ 257 500 01)
Kontonummer 544 646 64

Leitung:
Ingrid Petzold

Anmeldung:
montags bis freitags,
31. August,
3. September bis 7. September,
10.September bis 14. September,
jeweils von 16.00 bis 19.00 Uhr.

Bei allen Kursen wird um eine Anmeldung per Telefon oder per E-Mail gebeten. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Persönliche, telefonische und elektronisch übermittelte Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr.
Die Kursgebühr ist unter Angabe der Kursnummer, des Kurstitels und des Semesters auf das o.g. Konto zu überweisen. Formulare für die Überweisung der Kursgebühr erhalten Sie am ersten Kursabend, soweit bei den einzelnen Kursen nichts anderes angegeben ist.

Im Übrigen gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 5.

Warten Sie nicht auf eine Benachrichtigung, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben. Nur wenn ein Kurs abgesagt werden muss, erhalten Sie eine Nachricht.

Fl 1

Wildbeeren-Wanderung

Was blüht denn da? Was schmeckt uns gar? Bei dieser pflanzenkundlichen Wanderung wird besonderer Wert auf die giftigen und essbaren Beeren unserer Gegend gelegt. Verarbeitungsanregungen werden durch Marmeladen-Kostproben ergänzt.

Mitzubringen ist eine Lupe, falls vorhanden.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Gabriele Ellermann
Dienstag, 25. September, 9.30–12.00 Uhr,
Treffpunkt: Straße zwischen Bockelskamp und Wienhausen/Kreuzung ehemalige Bahnlinie.
7,00 ¤.

Fl 2

Walderlebnistag

für Kinder ab 6 Jahren

Wir wollen den Wald erkunden, seine Bewohner beobachten, Tippis und Waldsofas bauen und viele Spiele in der Natur kennen lernen.

Bitte wetterfeste Kleidung mitbringen, Getränke und Proviant bitte nicht mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Andrea Wallasch
Samstag, 29. September, 15.00–17.00 Uhr,
Treffpunkt: Allerweg in Nordburg / Wochenendgebiet,
7,00 ¤. Die Kursgebühr ist gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen.

Fl 3

Dekorationen für die Advents- und Weihnachtszeit

Wir binden weihnachtliche Kränze für den Tisch oder die Tür, dazu werden ausschließlich Naturmaterialien, wie z.B. verschiedene Tannen, Koniferen, Äpfel, Nüsse oder Zapfen verwendet.
Weiterhin können auch Lavendelkränze oder Gestecke aus Lavendel gearbeitet werden.

Mitzubringen: vorhandene Materialien und Gartenschere.

Annegret Lichthardt
dienstags, 19.00–21.00 Uhr,
Beginn: 13. November,
Unterrichtsort wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.
3 Abende, 20,00 ¤.

Fl 4

Reiki – Heilkraft der Hände

Einzelveranstaltung

Reiki bedeutet so viel wie „Universale Lebensenergie“.
Es ist eine alte Heilmethode, die Ende des 19. Jahrhunderts von dem Japaner Dr. Mikao Usui wieder entdeckt wurde.
Reiki beruht auf der Annahme, dass uns eine universale Energie umgibt und durchdringt. Diese Energie kann über die Hände gezielt übertragen werden.
Reiki baut Stress ab, entspannt tief, steigert das Wohlbefinden und stärkt unsere Selbstheilungskräfte.
An diesem Abend erfahren Sie unter anderem, was Reiki ist, wie Reiki angewandt wird, die Geschichte von Reiki und wie Sie Reiki erlernen können.
Während einer Meditation besteht für jeden Teilnehmer die Möglichkeit, die Reiki-Energie einmal selbst zu erspüren.

Hannelore Wallmann,
Heilpraktikerin und Reiki-Lehrerin
Dienstag, 15. Januar 2008, 19.00–21.15 Uhr,
Unterrichtsort wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.
1 Abend, 7,00 ¤.

Fl 5

Qigong

Qigong ist eine mehr als 3000 Jahre alte Selbsthilfemethode zur Förderung der Gesundheit. Durch langsame Bewegungen, Atemführung, Körperhaltungen, Massagen, Akupressur und durch geistige Übungen wird die Lebensenergie aktiviert. Das stärkt die Immunkräfte, stabilisiert das Nervensystem, lockert Verspannungen, löst Stress, steigert das Wohlbefinden und beugt Krankheiten vor.
In diesem Kurs werden Übungen aus den Brokaten im Sitzen und aus dem Taiji-Qigong im Stehen vermittelt. Diese Übungen sind geeignet für Menschen jeder Altersstufe und unabhängig von der jeweiligen Fitness. Der Kurs ist geeignet für Anfänger und für Teilnehmer mit Qigong-Erfahrungen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, leichte Turnschuhe oder warme Socken.

Marion Schneider, Qigong- und Taiji-Lehrerin
dienstags, 18.15–19.15 Uhr,
Beginn: 2. Oktober,
Unterrichtsort wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.
7 Abende, 23,00 ¤.

Fl 6

Qigong für Fortgeschrittene

Vertiefung und Erweiterung der Übungsreihen aus Taiji und Qigong.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, leichte Turnschuhe oder warme Socken.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Marion Schneider, Qigong- und Taiji-Lehrerin
dienstags, 19.30–20.30 Uhr,
Beginn: 2. Oktober,
Unterrichtsort wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.
7 Abende, 23,00 ¤.

Fl 7

Nordic Walking
am Vormittag

Sie suchen einen Sport, der Herz, Kreislauf und Muskeln intensiv trainiert? Dann ist Nordic Walking das richtige Training für Sie. Das schwungvolle, dynamische Gehen trainiert die Ausdauer sowie Beine, Po und Hüften. Durch den Stockeinsatz kommt die Kräftigung des gesamten Oberkörpers hinzu: Arme-, Schulter-, Brust- und Rückenmuskulatur. Auch für die Fettverbrennung und für Bodyforming ist die Kombination von Ausdauer- und Muskeltraining ideal.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Laufschuhe und – falls vorhanden – Stöcke.

Birgit Naujok
mittwochs, 9.00–10.30 Uhr,
Beginn: 19. September,
erstes Treffen:
Parkplatz Kloster/Sportanlagen in Wienhausen,
10 Vormittage, 44,00 ¤.

Fl 8

Wirbelsäulengymnastik
am Vormittag

Durch gezielte Übungen erhalten wir die Beweglichkeit der Wirbelsäule, beugen Verschleißerscheinungen vor und erlernen ein rückengerechtes Alltags- und Bewegungsverhalten.

Bitte Gymnastik- oder Trainingsanzug, kleines Kissen und Wolldecke mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
dienstags, 8.30–9.30 Uhr,
Beginn: 18. September,
Gemeinschaftshaus Bockelskamp,
14 Vormittage, 41,00 ¤.

Fl 9

Wirbelsäulengymnastik
am Vormittag

Kursinhalte siehe oben.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
dienstags, 9.45–10.45 Uhr,
Beginn: 18. September,
Gemeinschaftshaus Bockelskamp,
14 Vormittage, 41,00 ¤.

Fl 10

Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
donnerstags, 17.30–18.30 Uhr,
Beginn: 20. September,
Freie evangelische Gemeinde Wienhausen,
Bahnhofstraße,
14 Abende, 41,00 ¤.

Fl 11

Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
donnerstags, 18.45–19.45 Uhr,
Beginn: 20. September,
Freie evangelische Gemeinde Wienhausen,
Bahnhofstraße,
14 Abende, 41,00 ¤.

Fl 12

Gymnastik für Osteoporosebetroffene

Das Risiko, an Osteoporose zu erkranken, steigt besonders bei Frauen ab der Lebensmitte, d.h., die Knochendichte nimmt ab, die Gefahr von Knochenbrüchen erhöht sich. Kommen ein Mangel an Bewegung, falsche Haltung und ein damit verbundener Muskelabbau hinzu, so erhöht sich das Krankheitsrisiko zusätzlich. Daher ist es sinnvoll und notwendig, durch eine gezielte Gymnastik, wie Erwärmung, Lockerung, Kräftigung, Entspannung, Mobilisierung, Lagerung, Geh- und Haltungsschulung entsprechend vorzubeugen.

Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung, Turnschuhe, kleines Kissen.

Annemarie Steitzer,
Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
montags, 16.00–17.00 Uhr,
Beginn: 24. September,
Evangelisches Pfarrhaus Wienhausen,
Hauptstraße,
10 Nachmittage, 29,00 ¤.

Fl 13

Training der Bauch- und Beckenbodenmuskulatur

Durch ein gezieltes Training der Beckenboden- und Gesäßmuskulatur kann sowohl einer Gebärmutter- als auch einer Blasensenkung vorgebeugt werden. Bei bestehenden Beschwerden werden gute Erfolge erreicht. Dieser Kurs eignet sich für Frauen aller Altersgruppen.

Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung, Handtuch, kleines Kissen.

Annemarie Steitzer,
Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
montags, 17.05–18.05 Uhr,
Beginn: 24. September,
Evangelisches Pfarrhaus Wienhausen,
Hauptstraße,
10 Abende, 29,00 ¤.

Fl 14

Wassergymnastik – Aqua Fitness
am Vormittag

Aqua Fitness ist ein optimiertes, effektives Training im Wasser bei einer Wassertemperatur von ca. 25°C. Durch die Kräfte des Wassers, den Auftrieb, den Wasserwiderstand und Wasserdruck wird der gesamte Körper gestärkt.
Die Muskulatur wird bewusst angeregt und gestärkt. Gleichzeitig werden die Gelenke schonend mobilisiert.
Außerdem schult Aqua Fitness die Körperwahrnehmung und eine ganzheitliche Entspannung wird erzielt.
Hinweis:
Bei Vorerkrankungen, insbesondere bei Herz-, Kreislaufproblemen, ist vor Kursbeginn ein Arzt zu konsultieren.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Birgit Naujok
montags, 10.45–11.45 Uhr,
Beginn: 24. September,
Viva Sportpoint, Bröckel,
10 Vormittage, 61,00 ¤ (einschließlich Nutzungsgebühr). Die Gebühr ist gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen.

Kurse in Eicklingen

Fl 15

Das „neue“ Internet
Web 2.0 und Soziale Software

Web 2.0 ist ein – noch relativ vager – Oberbegriff für die Beschreibung einer Reihe neuer interaktiver Techniken und Dienste des Internets – speziell des World Wide Web – und einer geänderten Wahrnehmung des Internets.
Als Soziale Software werden (Software-) Systeme bezeichnet, die die menschliche Kommunikation, Interaktion und Zusammenarbeit unterstützen. Über diese neue Entwicklung soll im Kurs informiert, Vor- und Nachteile aufgezeigt und diskutiert werden.
Dabei handelt es sich um Webangebote, auf denen man z.B. kostenlos eigene Fotos, Links, persönliche Wünsche und konsumierte Bücher publizieren kann. Die Daten aller Nutzer werden dabei miteinander verknüpft, so dass ein Netz mit Nutzerinformationen entsteht. Die Verknüpfung erfolgt hierbei meist über so genannte Tags, welche die gespeicherten Daten beschreiben und in Beziehung stellen.
Beispiele für Soziale Software werden vorgestellt und in deren Nutzung eingeführt: FlickR (Fotospeicher), YouTube (Video-Datenbank), Wikis wie z.B. Wikipedia, del.icio.us (Bookmark-Sammlung), Weblogs (Internet-Tagebücher) und aktive Kommunikationssysteme wie RSS.

Teilnahmevoraussetzungen: grundlegende Kenntnisse in der Internetnutzung und Interesse am privaten Publizieren im Internet. Eigene Fotos, Videos oder Texte können als

Arbeitsmaterial gerne auf einer CD-ROM mitgebracht werden.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Johannes von Freymann, Diplom-Bibliothekar
dienstags, 19.30–22.00 Uhr,
Beginn: 6. November,
Realschule Eicklingen,
2 Abende, 18,00 ¤. Die Kursgebühr ist gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen.

Fl 16

Tipps und Tricks für die Internet-Recherche

18 Millionen Internetanschlüsse, davon 8 Millionen Breitbandanschlüsse gibt es derzeit in Deutschland. Fast jeder zweite Deutsche surft im Internet. Doch nicht alle sind anfangs in der Lage, die Möglichkeiten eines Internetanschlusses effektiv zu nutzen. In diesem Kurs soll deshalb dem Internet-Einsteiger die Möglichkeit gegeben werden, unter fachlicher Anleitung im Internet zu surfen. Folgende Schwerpunktthemen sind an drei Abenden zu erwarten:

- Entstehungsgeschichte des Internets
- intuitive Suche nach Domains
- Suchmaschinen
- Web-Portale
- eigene Domain
- Web-Mail
  (Anlegen eines E-Mail-Accounts im Web)
- Kostenloses im Internet
- Weblog
- Sicherheitsfragen

Voraussetzung: PC-Kenntnisse.

Johannes von Freymann, Diplom-Bibliothekar
donnerstags, 19.30–22.00 Uhr,
Beginn: 29. November,
Realschule Eicklingen,
3 Abende, 26,00 ¤. Die Kursgebühr ist mit der Anmeldung zu entrichten.

Fl 17

English Refresher Course I

Ein Kurs für Teilnehmer, deren Schulenglisch (bis Klasse 10) in Vergessenheit geraten ist und die ihre Kenntnisse auffrischen bzw. erweitern möchten.

Lehrbuch: A New Start, Basic Course, Cornelsen Verlag, Best.-Nr. 57372, ab Unit 4 / 5.

Renate Hempel, Lehrerin
montags, 17.30–19.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Grund- und Hauptschule Eicklingen,
14 Abende, 61,00 ¤.

Fl 18

English Refresher Course II

Kursinhalte siehe oben.

Lehrbuch: A New Start, Basic Course, Cornelsen Verlag, Best.-Nr. 57372, ab Unit 11 / 12.

Renate Hempel, Lehrerin
montags, 19.15–20.45 Uhr,
Beginn: 17. September,
Grund- und Hauptschule Eicklingen,
14 Abende, 61,00 ¤.

Fl 19

Schmuck- oder Schatzkästchen als Weihnachtsgeschenk

Wochenendkurs
für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Wir gestalten und verzieren ein Schatzkästchen aus Holz.

Bitte eine Laubsäge mitbringen, falls vorhanden.

Hartmut Cohrs, Werklehrer
Samstag, 24. November, 14.30–17.30 Uhr,
Grund- und Hauptschule Eicklingen,
1 Nachmittag, 10,00 ¤ (+ 6,00 ¤ Materialkosten).

Mitzubringen: altes Handtuch, soweit vorhanden Feilen, Raspeln, Messer, evtl. Holzschnitzwerkzeuge, grobes und feines Wasserschleifpapier, kleine Schüssel, Borstenpinsel. Die Steine werden von der Dozentin besorgt.

Kristina Bork-Frieling
Samstag, 12. und Sonntag, 13. Januar 2008,
jeweils 10.00–13.00 und 14.00–17.00 Uhr,
Grund- und Hauptschule Eicklingen,
12 Zeitstunden, 40,00 ¤ (+ Materialkosten von 4,00 – 15,00 ¤ je nach Materialaufwand, die mit der Dozentin abzurechnen sind). Die Kursgebühr ist mit der Anmeldung zu überweisen.

Fl 20

Weihnachtskarten selbst gestalten

Überraschen Sie Freunde, Bekannte und Verwandte mit einer selbst gestalteten Weihnachtskarte. Bearbeitet werden die Karten mit Geschenkpapier, Styropor und der Thermosäge.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Mitzubringen: Schere, Bleistift, Lineal und Klebstift.

Andrea Lembke
montags, 19.30–21.30 Uhr,
Beginn: 19. November,
Grund- und Hauptschule Eicklingen,
2 Abende, 13,00 ¤ (+ Materialkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden).

Fl 21

Workshop Speckstein

Wochenendkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Steatit, auch Speckstein genannt, ist der älteste von Bildhauern verwandte Stein neben Alabaster. Durch Bearbeiten des weichen Steins können wir figürliche oder abstrakte Gebrauchsformen entstehen lassen. Nach der Hochglanzpolitur kommt der reizvolle Farbenreichtum der Steine besonders schön zur Geltung.

Fl 22

Gymnastik für Problemzonen

Vormittagskurs

Dieser Kurs wendet sich an Frauen, die durch gezielte Gymnastik die Stoffwechselfunktionen beschleunigen wollen und durch funktionelle Übungen eine Straffung und Kräftigung der Muskulatur im Bereich von Bauch, Taille und Gesäß erreichen möchten.

Bitte bequeme Kleidung, feste Turnschuhe und eine Isomatte mitbringen.

Susanne Schröder, Fitnesslehrerin
montags, 10.00–11.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Saal des Gasthauses Schuhmacher, Eicklingen,
10 Vormittage, 29,00 ¤.

Fl 23

Wirbelsäulengymnastik

Durch gezielte Übungen erhalten wir die Beweglichkeit der Wirbelsäule, beugen Verschleißerscheinungen vor und erlernen ein rückengerechtes Alltags- und Bewegungsverhalten.

Bitte Gymnastik- oder Trainingsanzug, kleines Kissen und Wolldecke mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
freitags, 18.30–19.30 Uhr,
Beginn: 21. September,
Grund- und Hauptschule Eicklingen,
14 Abende, 41,00 ¤.

Für die folgenden Kurse im Bereich Kochen / Backen gilt eine begrenzte Teilnehmerzahl.

Die Kursgebühr und die Lebensmittelkosten sind bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn zu entrichten. Bei Abmeldungen, die später als 3 Werktage vor Kursbeginn erfolgen, müssen die Lebensmittelkosten für den ersten Abend berechnet werden.

Fl 24

Italienische Küche I

Dieser Kochkurs soll zum Kennenlernen der italienischen Küche dienen, aber auch für Kenner ihrer vielseitigen Genüsse sein. So bereiten wir Antipasti, Pastagerichte, Hauptspeisen und Nachspeisen zu, so dass wir immer ein vier- bis fünfgängiges Menü zusammenstellen, das auch zum Nachkochen für zu Hause geeignet sein soll.

Bitte ein Küchenhandtuch mitbringen.

Volker Freitag
dienstags, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 18. September,
Grund- und Hauptschule Eicklingen,
5 Abende (14-täglich), 44,00 ¤. Die Lebensmittelkosten werden mit dem Dozenten abgerechnet.

Fl 25

Italienische Küche II

Ein Kochkurs zum Kennenlernen der italienischen Küche, aber auch für Kenner. Wir bereiten einfache, ausgefallene oder weniger bekannte Gerichte selbst zu, so dass wir immer ein mehrgängiges Menü haben. Nudeln, Pizza, Wild, Fleisch, Fisch, Nachspeisen oder verschiedene Beilagen oder Salate – es wird für jeden etwas dabei sein.

Bitte ein Küchenhandtuch mitbringen.

Volker Freitag
mittwochs, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 19. September,
Grund- und Hauptschule Eicklingen,
5 Abende (14-täglich), 44,00 ¤. Die Lebensmittelkosten werden mit dem Dozenten abgerechnet.

Fl 26

Historisches Brot und Weihnachtsgebäck

aus Vollkornmehl
Wochenendkurs

Nach historischen Rezepten bereiten wir auf traditionelle Art Sauerteigbrote, Laugenbrezeln, Kräutergewürzbrot, Weihnachtsstollen und Lebkuchenschnitten.
Den Sauerteigansatz stellen wir selbst her. Natürlich arbeiten wir mit frisch gemahlenem Vollkornmehl.

Mitzubringen: zwei Kastenbackformen und zwei große Schraubgläser, wenn vorhanden.

Elisabeth Fischer
Freitag, 12. Oktober, 19.00–21.00 Uhr,
Samstag, 13. Oktober, 9.00–14.00 Uhr,
Grund- und Hauptschule Eicklingen,
7 Zeitstunden, 20,00 ¤ (+ Lebensmittelkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden). Die Kursgebühr ist mit der Anmeldung zu überweisen.

Kurse in Langlingen

Fl 27

Filz-Zauber

Wochenendkurs

Wir kreieren aus farbigen Wollfasern Taschen, Wärmendes und dekorative Kleidungsstücke.

Bitte mitbringen: zwei alte Handtücher, Maßband, Litermaß, Schere, Haushaltswaage (falls vorhanden).

Begrenzte Teilnehmerzahl

Barbara Camehl
Freitag, 16. November, 18.00–22.00 Uhr,
Samstag, 17. November, 10.00–18.00 Uhr (mit Pausen),
Schule Langlingen,
11 Zeitstunden, 37,00 ¤ (+ Materialkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden). Die Kursgebühr ist mit der Anmeldung zu überweisen.

Fl 28

Hatha-Yoga

Sie erleben, erfahren und vertiefen die Gesundheitsprinzipien und Grundhaltungen des Yogas und unternehmen eine Reise durch Ihren Körper. Sie trainieren Ihre Basis, Ihre Achse, Ihre Stand- und Sitzhaltungen.
Sie nehmen dabei bisher eher unbeleuchtete Körperregionen wahr, kräftigen und dehnen die Muskulatur in Becken, Füßen, Bauch und Rücken. Sie üben spielerisch Ihren Gleichgewichtssinn und entdecken den Atem als Pforte zu tieferem geistigen Erleben.
Die Übungen dienen der Harmonisierung Ihrer körperlichen Kräfte, der Vertiefung Ihres Atems und der Beruhigung und Bündelung Ihres Geistes.

Bitte mitbringen: feste, nicht rutschende Unterlage, Wolldecke und -socken, kleines Kissen und bequeme, warme Kleidung.

Brigitte Ruthe-Mucha
dienstags, 20.10–21.40 Uhr,
Beginn: 18. September,
Schule Langlingen,
10 Abende, 50,00 ¤.

Fl 29

Wirbelsäulengymnastik

Durch gezielte Übungen erhalten wir die Beweglichkeit der Wirbelsäule, beugen Verschleißerscheinungen vor und erlernen ein rückengerechtes Alltags- und Bewegungsverhalten.

Bitte Gymnastik- oder Trainingsanzug, kleines Kissen und Wolldecke mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
dienstags, 19.00–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Schule Langlingen,
14 Abende, 41,00 ¤.

Fl 30

Obst und Gemüse

natürlich haltbar machen
Wochenendseminar

Wie früher auf dem Lande, machen wir die Lebensmittel auf natürliche Weise haltbar. Die Natur bietet uns viele einfache Mittel zur Konservierung von Kräutern, Tee, Obst und Gemüse an. Einige Beispiele können wir praktisch ausführen:

- Tee und Kräuter trocknen,
- Obst und Pilze auf Zwirn / Stäben auffädeln,
- Preiselbeeren roh konservieren,
- milchsauer vergorenes Gemüse zubereiten,
- Sauerkraut herstellen.

Mitzubringen: Schreibmaterial, drei Schraubgläser (1 Ltr.), zwei Einkochgläser mit Deckel und Spangen (1,5 Ltr.).

Elisabeth Fischer
Samstag, 6. Oktober, 9.00–14.00 Uhr,
Dorfmuseum Langlingen,
5 Zeitstunden, 15,00 ¤ (+ 9,00 ¤ Materialkosten, die mit der Dozentin abzurechnen sind). Die Kursgebühr ist mit der Anmeldung zu überweisen.

Volkshochschule
Hambühren
Außenstelle der VHS Celle

Geschäftsstelle:
Steinkamp 15, 29313 Hambühren

Telefon: (0 50 84) 400 880
Fax: (0 50 84) 400 881
E-Mail: b.winkler@vhs-celle.de

Konto:
Volksbank Celle eG (BLZ 251 900 01)
Konto-Nr: 727 990 601

Leitung:
Babette Winkler

Anmeldung:
31. August bis 14. September
montags von 15.00 – 18.00 Uhr,
mittwochs von 17.00 – 19.00 Uhr,
freitags von 15.00 – 18.00 Uhr,
unter Telefon: (0 50 84) 400 880.
Nach dem 14. September ausschließlich unter Telefon: (05141) 92 98 11 zu den Geschäftszeiten der VHS Celle.

Unterrichtsort:
Die Kurse finden – soweit nicht anders vermerkt – in der Haupt- und Realschule in Hambühren, OT Ovelgönne, Versonstr. statt. Zugang zu den Schulräumen bitte ausschließlich über den Parkplatz der Haupt- und Realschule.

Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Persönliche und telefonische Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr. Die Kursgebühr ist innerhalb von 14 Tagen nach der Anmeldung auf das Konto der VHS Hambühren zu überweisen.

Im Übrigen gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 5.

Warten Sie nicht auf eine Benachrichtigung, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben. Nur wenn ein Kurs abgesagt werden muss, erhalten Sie eine Nachricht.

H 1

Betreuungsrecht – Vorsorgevollmacht – Betreuungsverfügung

Der Fortschritt der Medizin hat die durchschnittliche Lebenserwartung deutlich verlängert. Immer mehr Menschen werden immer älter, und immer mehr Ältere bedürfen der Hilfe bei vielen Entscheidungen, die sie betreffen. Häufig ist nicht bekannt, dass es „vorsorgliche“ Möglichkeiten gibt, die Vertretung im Alter zu regeln. Viele Menschen glauben, als Ehepartner oder Kind dazu automatisch berechtigt zu sein. Tatsächlich sind dafür aber die Erteilung einer Vollmacht, einer Vorsorgevollmacht oder die Einrichtung einer Betreuung, der die Erteilung einer Betreuungsverfügung vorausgehen kann, erforderlich. Schließlich sollte noch die Abfassung einer Patientenverfügung erwogen werden.

Salzwedel, Rechtsanwälte
Donnerstag, 8. November, 19.00–21.15 Uhr,
1 Abend, 7,00 ¤.

H 2

Richtig erben und vererben

Der Tod ereilt jeden und gleichwohl zumeist unerwartet. Die gesetzliche Erbfolge kann die unterschiedlichen Verhältnisse nicht berücksichtigen und führt häufig zu vermeidbaren Streitigkeiten unter den Hinterbliebenen. Gezielte Nachfolgeplanung tut daher Not. Der Referent erläutert zunächst die gesetzliche Erbfolge – insbesondere von Ehegatten und Kindern. Er zeigt, wer ein Testament braucht, wie dieses errichtet wird, was darin geregelt werden kann und dessen Änderungsmöglichkeiten. Er informiert über die Grenzen der Testierfreiheit, insbesondere durch das Pflichtteilsrecht. Dargestellt werden die Situation und Maßnahmen nach dem Erbfall. Was gehört nicht zum Nachlass? Wann ist eine Ausschlagung überlegenswert und wie erfolgt diese? Erbenhaftung und Erbengemeinschaft; Rechte und Pflichten.

Salzwedel, Rechtsanwälte
Donnerstag, 22. November, 19.00–21.15 Uhr,
1 Abend, 7,00 ¤.

H 3

Englisch I

Lehrbuch: New Headway English Course, Elementary German Edition, (Cornelsen & Oxford, Best.-Nr. 3-464-11802-9) + Arbeitsbuch (Best.-Nr. 3-8109-3115-2), ab Unit 1

Bodo Wißler, Realschullehrer
mittwochs, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
11 Abende, 48,00 ¤.

H 4

Hatha-Yoga für jedermann

In diesem Kurs stehen die Wünsche der Teilnehmer an erster Stelle. Ziele sind:
- Entspannung von Nacken und Rücken
- Kräftigung der verschiedenen Körperregionen
- offen sein für Freude, Wohlbefinden, seelische Entspannung.

Bitte Decke, bequeme Kleidung und Wollsocken mitbringen.

Dorothea Bautz, Yogalehrerin SKA, Heilpraktikerin
montags, 18.00–19.30 Uhr,
Beginn: 17. September,
10 Abende, 50,00 ¤. Die Kursgebühr ist vor dem ersten Abend auf das Konto der VHS Hambühren zu überweisen.

H 5

Hatha-Yoga

Ein Angebot für alle, die sich Abstand und Entspannung vom Alltag und einfühlsame Hinführung zu einem angenehmen Abend wünschen.

Bitte Decke, bequeme Kleidung und Wollsocken mitbringen.

Dorothea Bautz, Yogalehrerin SKA, Heilpraktikerin
montags, 19.45–21.15 Uhr,
Beginn: 17. September,
10 Abende, 50,00 ¤. Die Kursgebühr ist vor dem ersten Abend auf das Konto der VHS Hambühren zu überweisen.

H 6

Hatha-Yoga

Kursinhalte siehe oben.

Bitte Decke, bequeme Kleidung und Wollsocken mitbringen.

Dorothea Bautz, Yogalehrerin SKA, Heilpraktikerin
dienstags, 16.30–18.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
10 Nachmittage, 50,00 ¤. Die Kursgebühr ist vor dem ersten Abend auf das Konto der VHS Hambühren zu überweisen.

H 7

Qi Gong zum Kennenlernen

Wochenendseminar

Was bewirkt Qi Gong? Als Gesundheitsvorsorge fördert es die Konzentration, Ruhe, Beweglichkeit, Entspannung und Gelassenheit.
Gerade in unserer heutigen gestressten Zeit bietet Qi Gong den nötigen Ausgleich im Alltag. Bei schönem Wetter werden wir auch in der freien Natur üben!

Bitte Wasser, bequeme Kleidung, Socken oder Turnschuhe mitbringen.

Ingrid Otto, Seminarleiterin für Entspannung, Qi Gong Lehrerin
Samstag, 22. September, 14.00–18.00 Uhr,
Sport-Aktiv-Center Hambühren,
Hehlenbruchweg 39,
4 Zeitstunden, 17,00 ¤.

H 8

Badminton für Einsteiger

Fitness, die Möglichkeit zum Abnehmen und dabei auch noch Spaß haben – wo gibt es das schon?
Beim Spiel mit dem Federball hat man alles in einem: leichter Einstieg für Sportliche und weniger Sportliche, spielerischer Kalorienverbrauch für Jung und Alt, individuell dosierbare Bewegungsintensität, Spaß und nette Leute zum Kennenlernen.
Dazu die fachkundige Anleitung. So werden auf einfache Weise Grundschläge, Spielregeln und erste taktische Grundlagen erlernt.

Bitte Sportschuhe und Sportbekleidung mitbringen (Schläger stehen zur Verfügung).

Björn Kettler, Sportlehrer, Badmintontrainer
montags, 18.30–19.30 Uhr,
Beginn: 24. September,
Sport-Aktiv-Center Hambühren,
Hehlenbruchweg 39,
10 Abende, 29,00 ¤.

H 9

Tennis für Einsteiger

Die Grundschläge Vorhand, Rückhand, Aufschlag und Volley werden in diesem Kurs vermittelt. Das Hauptaugenmerk liegt in der Spielfähigkeit über das gesamte Spielfeld, die am Ende erreicht werden soll. Schläger und Bälle werden gestellt.

Bitte Sportschuhe und Sportbekleidung mitbringen.

Martin Scholz, staatl. gepr. Tennislehrer
donnerstags, 19.00–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Sport-Aktiv-Center Hambühren,
Hehlenbruchweg 39,
10 Abende, 29,00 ¤.

H 10

Gymnastik unter orthopädischem Aspekt

Körperliche (Fehl-)Belastungen, aber auch der Alltagsstress stören das muskuläre Gleichgewicht des Bewegungsapparates und können zu Verspannungen, Schmerzen und letztlich Schäden führen. Daher werden in diesem Kurs Haltungsgewohnheiten bewusst gemacht. Auch sollen durch Dehnungs- und Kräftigungsübungen für die Wirbelsäule und den ganzen Körper bestehende Beschwerden gemindert bzw. die Wirbelsäule und der Bewegungsapparat funktionsfähig erhalten werden.
Verschiedene Entspannungsübungen lockern die Muskulatur und runden das Programm harmonisch ab.

Bitte Gymnastikmatte, Kissen, Gymnastik-/Trainingsanzug und warme Socken mitbringen.

Christine Grathwol, Sportlehrerin
dienstags, 16.45–17.45 Uhr,
Beginn: 25. September,
12 Abende, 35,00 ¤.

H 11

Gymnastik unter orthopädischem Aspekt

Kursinhalte siehe oben.

Bitte Gymnastikmatte, Kissen, Gymnastik-/Trainingsanzug und warme Socken mitbringen.

Christine Grathwol, Sportlehrerin
dienstags, 17.50–18.50 Uhr,
Beginn: 25. September,
12 Abende, 35,00 ¤.

H 12

Gymnastik unter orthopädischem Aspekt

Kursinhalte siehe oben.

Bitte Gymnastikmatte, Kissen, Gymnastik-/Trainingsanzug und warme Socken mitbringen.

Christine Grathwol, Sportlehrerin
dienstags, 18.55–19.55 Uhr,
Beginn: 25. September,
12 Abende, 35,00 ¤.

H 13

Aufbauendes Rückentraining

Mit gezielten Übungen erhalten wir die Beweglichkeit der Wirbelsäule, beugen Verschleißerscheinungen vor und erlernen ein rückengerechtes Alltags- und Bewegungsverhalten.

Bitte weiche Unterlage und Gymnastik-/Trainingsanzug mitbringen.

Rita Fischer, Sport- und Gymnastiklehrerin
mittwochs, 19.00–20.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
15 Abende, 44,00 ¤.

H 14

Aufbauendes Rückentraining

Kursinhalte siehe oben.

Bitte weiche Unterlage und Gymnastik-/Trainingsanzug mitbringen.

Rita Fischer, Sport- und Gymnastiklehrerin
mittwochs, 20.10–21.10 Uhr,
Beginn: 19. September,
15 Abende, 44,00 ¤.

H 15

Wirbelsäulengymnastik
am Morgen

Fehlende oder einseitige Bewegung prägt heutzutage unser Alltagsleben. Das muss früher oder später zu Schädigungen der Wirbelsäule führen.
Speziell die Gelenke unseres Stütz- und Bewegungsapparates müssen ständig wechselnde Druck-, Scher-, Dreh- und Stauchungskräfte bei hoher Reizeinwirkungsdauer verarbeiten. Nur eine belastungsspezifisch anpassungsfähige Muskulatur ist in der Lage, die Gelenke vor solchen Störfaktoren zu sichern.
Eine gezielte Wirbelsäulengymnastik und „wirbelsäulengerechtes" Verhalten im Alltag können Schädigungen vorbeugen bzw. Probleme einer schon geschädigten Wirbelsäule lindern helfen.
Voraussetzung für eine optimale Muskelleistung ist neben der Komponente Kraft eine ausreichende Dehnfähigkeit und das koordinierte Zusammenspiel aller zusammenwirkenden Muskelgruppen. Es sollte das Ziel jedes Einzelnen sein, durch systematische Übungen vorhandene Defizite abzubauen.

Bitte weiche Unterlage, Decke und Gymnastik-/Trainingsanzug mitbringen.

Carmen Nitsche, Physiotherapeutin
mittwochs, 9.00–10.00 Uhr,
Beginn: 26. September,
Grundschule Oldau,
12 Vormittage, 35,00 ¤.

H 16

Wirbelsäulengymnastik
am Morgen

Kursinhalte siehe oben.

Bitte weiche Unterlage, Decke und Gymnastik-/Trainingsanzug mitbringen.

Carmen Nitsche, Physiotherapeutin
mittwochs, 10.15–11.15 Uhr,
Beginn: 26. September,
Grundschule Oldau,
12 Vormittage, 35,00 ¤.

H 17

Wirbelsäulengymnastik
am Morgen

Kursinhalte siehe oben.

Bitte weiche Unterlage, Decke und Gymnastik-/Trainingsanzug mitbringen.

Carmen Nitsche, Physiotherapeutin
mittwochs, 11.30–12.30 Uhr,
Beginn: 26. September,
Grundschule Oldau,
12 Vormittage, 35,00 ¤.

H 18

Fitness und Kraft mit Musik
am Morgen

Mit Rhythmus, Musik, Kräftigungs-, Konditions- und Dehnübungen wollen wir das Herz-Kreislauf-System, die Beweglichkeit und Ausdauer trainieren. Spaß und Freude an der Bewegung stehen im Vordergrund und wir runden das Ganze mit wohligen Entspannungsübungen ab.

Falls vorhanden bitte Gymnastikmatte mitbringen.

Birgit Cewe, Übungsleiterin im Präventions- und Gesundheitssport
montags, 9.00–10.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Grundschule Oldau,
14 Vormittage, 41,00 ¤.

H 19

Pilates
das neue Fitnessprogramm

Pilatestraining hat sechs Grundprinzipien: Konzentration, Zentrierung, Kontrolle, Atmung, Bewegungsfluss und Präzision. Es gibt elf Basisübungen für eine gute Haltung, einen flachen Bauch, straffe Muskeln und mehr Energie. Alle Übungen werden langsam aufgebaut und intensiviert. Dabei werden auch Teilnehmerwünsche berücksichtigt.

Bitte Gymnastikmatte, Turnschuhe und falls vorhanden Theraband mitbringen.

Adelheid Plum, Übungsleiterin im Gesundheitssport
mittwochs, 17.00–18.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
15 Abende, 44,00 ¤.

H 20

Body fit

Dieser Kurs beinhaltet ein gezieltes Ganzkörpertraining, so dass alle Muskelgruppen (Beine, Po, Bauch, Arme, Schultern und Rücken) trainiert werden. Durch gezielte Übungen sollen Beweglichkeit und Kondition aufgebaut und verbessert werden.

Falls vorhanden bitte Gymnastikmatte mitbringen.

Birgit Cewe, Übungsleiterin im Präventions- und Gesundheitssport
donnerstags, 19.30–20.30 Uhr,
Beginn: 20. September,
Sport-Aktiv-Center Hambühren,
Hehlenbruchweg 39,
14 Abende, 53,00 ¤.

H 21

Nordic Walking

Grundkurs am Vormittag

Nordic-Walking
- ist 40 bis 50% effektiver als Walking ohne Stöcke
- beansprucht 90% der Muskulatur
- entlastet den Bewegungsapparat um bis zu 30%
- steigert die Sauerstoffzufuhr des gesamten Organismus
- löst Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich
- fördert den Abbau von Stresshormonen
- ökonomisiert die Herzarbeit
- stärkt das Immunsystem
- ist die sanfte Zauberformel für eine gute Figur

Bitte mitbringen: Sportschuhe und dem Wetter angemessene Kleidung (der Kurs findet wetterunabhängig statt), Getränke und ggf. Pulsuhr. Stöcke können gegen eine Gebühr geliehen werden (bei der Anmeldung angeben).

Marie-Luise Ertel,
Nordic-Walking-Trainerin VDNOWAS
montags und mittwochs, 9.00–10.30 Uhr,
Beginn: 1. Oktober,
Treffpunkt: Parkplatz am Friedhof, Boyer Weg,
4 Vormittage, 18,00 ¤.

Außenstelle der Volkshochschule Celle

in Hermannsburg

Geschäftsstelle:
Sägenförth 9, 29320 Hermannsburg

Telefon: (0 50 52) 87 76
Fax: (0 50 52) 97 88 78

Konto:
Volksbank Südheide (BLZ 257 916 35)
Kontonummer 1 483 400

Leitung:
Ute Hampe

Anmeldung:
ab 31. August bis 14. September
werktags (außer samstags)
von 16.00–18.00 Uhr.

Für alle Kurse ist eine rechtzeitige Anmeldung (telefonisch oder per Fax) in der Hermannsburger Außenstelle nötig. Alle Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Die Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr.

Bitte beachten Sie bei einigen Kursen: die Zahlung der Kursgebühr vor Beginn des Kurses!

Im Übrigen gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 5.

Achtung: Warten Sie nicht auf eine Benachrichtigung, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben. Nur wenn ein Kurs abgesagt werden muss, erhalten Sie eine Nachricht.

He 1

Literaturtreff

Pascal Mercier: Nachtzug nach Lissabon, ISBN 3-442-73436-3.

Der Philosophieprofessor und Dichter Pascal Mercier beschreibt in seinem Roman, wie ein Mensch, von den Worten eines Dichterarztes angerührt, sein gewohntes Leben aufgibt und sich auf die Suche macht. Themen wie Anpassung oder Widerstand, Loyalität, Liebe, Freiheit, Leben und Tod ziehen nicht nur ihn, sondern auch den Leser immer mehr in ihren Bann, bringen ihn zum Fragen, wie es wäre, wenn …

Hannelore Mann
mittwochs, 9.30–11.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Gerichtsweg 17a,
10 Abende, 44,00 ¤.

He 2

Literaturtreff

Pascal Mercier: Nachtzug nach Lissabon, ISBN 3-442-73436-3.

Kursinhalte siehe oben.

Hannelore Mann
mittwochs, 19.30–21.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Gerichtsweg 17a,
10 Abende, 44,00 ¤.

He 3

Literatur am Vormittag

Hans-Ulrich Treichel, Der Verlorene, ISBN 3-518-18860-7, Suhrkamp Basis Bibliothek.

In Hans-Ulrich Treichels Novelle "Der Verlorene" geht es in mehrfacher Hinsicht um ein Vertriebenen-Schicksal.
Auf der "Flucht vor den Russen" geht der erstgeborene Sohn der Familie verloren. Vater, Mutter und der später geborene zweite Sohn begeben sich auf die Suche nach "dem Verlorenen". Im Mittelpunkt der Novelle steht das komplizierte Verhältnis des jüngeren Bruders (gleichzeitig der Ich-Erzähler) zu dem nicht greifbaren und doch ständig präsenten großen Bruder und sein Umgang mit den durch Verlust geprägten Familienstrukturen.

Anett Makus, M.A.
dienstags, 9.15–11.30 Uhr,
Beginn: 6. November,
Gerichtsweg 4,
4 Vormittage, 26,00 ¤.

He 4

Wenn ich nicht genüge

Vom Umgang mit Fehlern und Zweifeln

Mit eigenen Fehlern und Zweifeln umzugehen, will gelernt sein. In diesem Kurs wollen wir erleben und erfahren, wie wir barmherzig mit uns umgehen können, wie wir uns selbst mitteilen können, wie wir eigene Stärken wieder entdecken und würdigen können.
Die Methode des Kurses besteht aus Rundgesprächen und Still-Meditationen zur Vertiefung der Eigen- und Gottesbeziehung.

Margitta Warnecke, Seelsorgerin, Autorin von "Gott erleben - Experiencing God",
Verlag Ludwig-Harms-Haus,
ISBN 978-3-937301-45-7.

Dienstag, 6. November, 8.30–18.00 Uhr,
inkl. gemeinsamem Frühstück, Mittagessen und eventl. Abendessen,
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2,
6 Zeitstunden, 18,00 ¤. (+ Kosten für Essen).

He 5

Vorsorgevollmacht

mit Betreuungs- und Patientenverfügung

Der Verlust der Fähigkeit, für sich selbst handeln und entscheiden zu können, kann jeden ereilen. Nicht nur das Alter, auch Krankheit oder ein Unfall können es plötzlich notwendig machen, dass eine nahe stehende Person lebenswichtige Entscheidungen übernehmen muss. Für diesen Fall kann man mit einer Vorsorgevollmacht oder einer Patientenverfügung vorsorgen.

Bitte Schreibzeug mitbringen.

Lisa Eichendorf
Donnerstag, 11. Oktober, 19.30–21.45 Uhr,
Krankenpflegeverein Hermannsburg e.V.,
Wintergarten, Sägenförth 24,
3 Unterrichtsstunden, 7,00 ¤.

He 6

Computer für Anfänger

mit Windows XP und OpenOffice (Star Office)

"Computer? Davon würde ich auch gern etwas verstehen." Wenn Sie das denken, dann können Sie hier viel lernen.

Der Kurs ist zwar auf das Verfassen und Speichern von Texten orientiert, es werden hierbei aber in erster Linie Bedienungstechniken und Kenntnisse vermittelt, die Sie auch für die Beschäftigung mit anderen Programmen nutzen werden.
Im Kurs wird neben Windows XP der Textverarbeitungsteil des Programmpakets OpenOffice eingesetzt. Letzteres ist kostenlos, aber gleichwertig und in der Handhabung sehr ähnlich zu Konkurrenzprodukten. Es kann im Kurs verteilt werden. Im Kurs hat natürlich jeder Teilnehmer "seinen PC".

Dr. Uwe Birkholz, Diplom-Soziologe
montags und mittwochs, 18.30–20.45 Uhr,
Beginn: 24. September,
Hauptschule, Harmsstr. 1 / Auteriver Platz,
7 Abende, 55,00 ¤ (+ geringes Entgelt für Unterrichtsmaterial). Die Gebühr ist vor Kursbeginn zu überweisen.

He 7

Ihr PC als Heimbüro

Wenn Sie mit einer Textverarbeitung und einer Tabellenkalkulation bereits ein wenig Erfahrung haben, dann wollen Sie sicherlich auch die Organisations- und Gestaltungsmöglichkeiten dieser Programme effektiver nutzen.
Einige dieser Möglichkeiten lernen Sie hier kennen:

- einen "Blickfang" herstellen: Handzettel und Faltblätter als Werbung,
- eine Adressdatenbank einrichten und nutzen: Kundenkartei,
- Verschieben, Kopieren und Suchen (in Windows, Textverarbeitung und Tabellenkalkulation),
- Bilder (aus dem Internet), Rahmen, Seitennummern, Umrandungen etc. einfügen,
- Dokument- und Formatvorlagen herstellen und nutzen,
- und vor allem: ein Briefpapier mit Ihrem Briefkopf herstellen.

Im Kurs wird neben Windows XP das Programmpaket OpenOffice eingesetzt. Letzteres ist kostenlos, aber gleichwertig und in der Handhabung sehr ähnlich zu Konkurrenzprodukten. Es kann im Kurs verteilt werden. OpenOffice verträgt sich problemlos mit anderen Programmen auf Ihrem PC.

Die Teilnehmer sollten einen Einstiegskurs besucht haben oder vergleichbare Grundkenntnisse in der Bedienung eines Computers besitzen.

Dr. Uwe Birkholz, Diplom-Soziologe
montags und mittwochs, 18.30–20.45 Uhr,
Beginn: Mittwoch, 12. Dezember,
Hauptschule, Harmsstr. 1 / Auteriver Platz,
7 Abende, 55,00 ¤ (+ geringes Entgelt für Unterrichtsmaterial). Die Gebühr ist vor Kursbeginn zu überweisen.

He 8

Einführung ins Internet

Das Internet gewinnt in unserem täglichen Leben ständig an Bedeutung. Dieser praxisorientierte Kurs vermittelt Ihnen einen Einstieg in die Welt des PC-Online. Sie erfahren, welche Voraussetzungen hierfür erfüllt sein müssen, wie das Internet funktioniert, wie Sie es gezielt für die eigenen Interessen und Bedürfnisse einsetzen, wie Sie Ihren PC gegen die Gefahren des Internets schützen und welche Kosten Ihnen durch die Nutzung entstehen. Der Kurs vermittelt Ihnen also Grundfertigkeiten in der Nutzung des Internets.
Dazu gehört:

- ein Internet-Programm (Browser) kennen zu lernen,
- sich eine E-Mail-Adresse zu besorgen, Mails zu versenden, zu empfangen und zu beantworten,
- Programme aus dem Internet herunter zu laden und verwendbar zu machen (entpacken und installieren),
- Ihren PC zu schützen: einen Virenwächter und eine Firewall einzurichten,
- Bankgeschäfte online zu erledigen (online-banking),
- im WorldWideWeb zu "surfen": z.B. Aktienkurse zu ermitteln, die Wetterlage, eine Bahn- und Telefonauskunft einzuholen, Kochrezepte zu finden und vieles mehr,
- eine Suchmaschine und ein Lexikon zu nutzen (Google und Wikipedia),
- im Internet Gefundenes auf Ihrem PC aufzuheben.

Die Teilnehmer sollten einen Einstiegskurs besucht haben oder vergleichbare Grundkenntnisse der Bedienung eines Computers besitzen.

Dr. Uwe Birkholz, Diplom-Soziologe
montags und mittwochs, 18.30–20.45 Uhr,
Beginn: 5. November,
Hauptschule, Harmsstr. 1 / Auteriver Platz,
7 Abende, 55,00 ¤ (+ geringes Entgelt für Unterrichtsmaterial). Die Gebühr ist vor Kursbeginn zu überweisen.

He 9

Fotos am PC bearbeiten

Egal, ob Sie eine digitale Kamera nutzen oder die Bilder Ihrer Kamera digitalisieren lassen, was können Sie dann mit den Bildern noch machen?
Hier können Sie lernen,

- kostenlose Programme auf den PC herunterzuladen (IrfanView, Picasa, Gimp, Deep Burner),
- Ihre Bilder auf den PC zu übertragen (von USB, CD/DVD, Speicherkarten),
- Bilder zu verschönern: Bildausschnitte, Korrekturen von Helligkeit, Farben, roten Augen, etc., Störendes entfernen, Weichzeichnen, Text in Bilder einfügen, Bilder in Text einfügen
- Bilder zu organisieren und wieder zu finden,
- Bilder zu speichern und zu "brennen",
- Abzüge im Internet zu bestellen.

Die Teilnehmer sollen einen Einstiegskurs besucht haben oder vergleichbare Grundkenntnisse der Bedienung eines Computers besitzen.

Dr. Uwe Birkholz, Diplom-Soziologe
donnerstags, 18.30–20.45 Uhr,
Beginn: 22. November,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
3 Abende, 29,00 ¤.

He 10

Musik mit dem PC aufzeichnen, bearbeiten und brennen

Sie haben DSL und möchten das Internet zur kostenlosen Bereicherung Ihrer Musiksammlung nutzen? Sie ahnen nicht, was es dort alles gibt!
Oder: Sie haben bereits Musik auf dem PC und möchten diese nun aus Ihrer Stereoanlage, Ihrem Video-Recorder oder mp3-player hören?
Hier können Sie lernen,

- kostenlose Software aus dem Internet herunterzuladen (von WinAmp bis Audacity),
- Musik aus Internet-Radios zu hören und mitzuschneiden,
- Musikstücke auf Ihrem PC auszuwählen, zu schneiden und neu zusammen zu stellen,
- die Qualität der Musik zu verbessern (Rauschen, Knistern), Lautstärkeunterschiede zu beseitigen,
- Musik auf CDs zu brennen (für Ihren CD-Spieler, Ihren Videorecorder etc.),

Die Teilnehmer sollen einen Einstiegskurs besucht haben oder vergleichbare Grundkenntnisse der Bedienung eines Computers besitzen.

Dr. Uwe Birkholz, Diplom-Soziologe
donnerstags, 18.30–20.45 Uhr,
Beginn: 20. Dezember,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
4 Abende, 32,00 ¤.

He 11

Englisch I

Lehrbuch: New Headway English Course, Elementary German Edition, Student`s Book (ISBN: 3-464-11802-9), Arbeitsbuch mit Grammatik und Schlüssel (ISBN: 3-8109-3115-2).

Edith Skelton
dienstags, 20.10–21.40 Uhr,
Beginn: 18. September,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
10 Abende, 47,00 ¤.

He 12

Englisch VI

Lehrbuch: New Headway English Course Pre-Intermediate Student`s Book (ISBN: 3-464-11822-3), Arbeitsbuch (ISBN: 3-464-11823-1), ab Unit 1.

Edith Skelton
dienstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
10 Abende, 47,00 ¤.

He 13

Spanisch für die Reise

für Touristen und Einsteiger

Dieser Kurs dient Teilnehmern ohne Vorkenntnisse als Vorbereitung auf eine Reise nach Spanien oder Lateinamerika.

Lehrbuch: Spanisch à la carte (Klett-Verlag, Best.-Nr. 3-12-514210-5).

Esperanza Ungerer
dienstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 9. Oktober,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
8 Abende, 37,00 ¤.

He 14

Italienisch II

Lehrbuch: Allegro 1 (Klett-Verlag, Best.-Nr. 3-12-525565-1), ab Unit 6.

Annamaria Binetti
montags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
7 Abende, 33,00 ¤.

He 15

Die Gitarre und Weihnachten

für Anfänger

Anhand von Weihnachtsliedern wollen wir die Grundlagen der Liedakkordbegleitung erarbeiten.

Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte Gitarre und Schreibzeug mitbringen.

Uwe Loch, Rockgitarrist
montags, 19.00–20.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
8 Abende, 27,00 ¤.

He 16

Der Energieausweis für Gebäude

Durch die neue EU-Richtlinie wird europaweit ein "Ausweis über die Gesamtenergieeffizienz von Gebäuden" gefordert. In Zukunft muss deshalb auch in Deutschland bei jedem Mieter- oder Eigentümerwechsel einer Immobilie ein Energieausweis vorgelegt werden.
Dieser Abend soll Ihnen helfen, Antworten auf die folgenden Fragen zu finden:

- Was ist ein Energieausweis und wie sieht dieser aus?
- Wie werden die Daten für die Energieeffizienz ermittelt?
- Was muss der Energieausweis beinhalten?
- Welche Vorteile habe ich davon?
- Wer kann ihn ausstellen?
- Welche gesetzlichen Vorgaben und Fördermöglichkeiten gibt es?

Heike Koenig, Architektin, Energieberaterin, Fachplanerin für Umwelt- und Gesundheitsschutz,
Dienstag, 20. November, 18.30–20.45 Uhr,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
1 Abend, 7,00 ¤.

He 17

Schimmelpilze in Wohnräumen

Unsere Wohngebäude werden immer besser gedämmt und immer luftdichter gebaut. Da stellt sich immer wieder die Frage: Perfekt gedämmt und gedichtet – ist das nicht ein prima Klima für Schimmelpilze?
Nein! Ganz im Gegenteil. Gut und richtig gedämmte Wände erhöhen die Behaglichkeit, sparen Energie und helfen, Schimmelpilzbildung zu vermeiden.
Dieser Abend soll Ihnen helfen, Antworten auf die folgenden Fragen zu finden:

- Wie entsteht Schimmelpilz?
- Wie kann man dem Schimmelpilz vorbeugen?
- Wie kann ich den Schimmelpilz behandeln?
- Wo sind die Schwachstellen im Alt- und Neubau für Schimmelpilz?
- Was muss am Nutzerverhalten geändert werden?

Heike Koenig, Architektin, Energieberaterin, Fachplanerin für Umwelt- und Gesundheitsschutz,
Dienstag, 4. Dezember, 18.30–20.45 Uhr,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
1 Abend, 7,00 ¤.

He 18

Neophyten

invasive gebietsfremde Pflanzen

Neophyten sind gebietsfremde Pflanzenarten, die andere Arten oder Lebensräume gefährden, Naturhaushaltsfunktionen beeinträchtigen oder das Landschaftsbild unerwünscht verändern.
Seit 2005 hat eine AEP-Gruppe damit begonnen, die Verbreitung der "Späten Traubenkirsche", des "japanischen Staudenknöterichs" und des "Riesenbärenklaues" in unserer Region zu kartieren, um sie dann gezielt zu bekämpfen. Es werden diese und weitere Arten und verschiedene Methoden der Bekämpfung vorgestellt.

Bärbel Dethlefs
Mittwoch, 26. September, 19.00–21.15 Uhr,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
1 Abend, 7,00 ¤.

He 19

Die Welt der Steine und Fossilien

für Kinder und Jugendliche

Fingerfertigkeit und Phantasie sind angesagt: Es geht um Natursteine und Fossilien, mit denen eingehend gearbeitet wird.
Nach einer anschaulichen Übersicht über die wichtigsten Natursteine und Fossilien geht es an die Arbeit.
Zu den Steinen, die sich mit einfachen Werkzeugen wie Schleifpapier oder Feile bearbeiten lassen, zählen Speckstein und Bernstein. Aus Rohlingen werden individuelle Umhänger am Lederband gefertigt.
Unter Einsatz grenzenloser Phantasie entstehen Steinfiguren aus verschiedensten Steinen, die mit der Heißklebepistole zusammengeklebt werden.
Schließlich werden noch im Gestein eingeschlossene versteinerte Seeigel befreit und präpariert.

Rainer Fabisch, Geologe
montags, 17.15–19.30 Uhr,
12. November und 19. November,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
2 Nachmittage, 30,00 ¤ (inkl. 15,00 ¤ Materialkosten für Speckstein, Bernstein-Rohling, Lederbänder, Klebe-Steine, Seeigel und Hilfsmaterial).

He 20

Töpfern für Kinder

ab 7 Jahre

Vor Weihnachten hat jeder seine Geheimnisse! Vielleicht wird ja etwas von den schönen Dingen aus Ton, die wir gemeinsam gestalten wollen, ein Geschenk?
Wir verraten auf jeden Fall erstmal nichts!

Bitte mitbringen: Lappen, evtl. Malerkittel.

Christa Meyer, Lehrerin
dienstags, 16.00–17.30 Uhr,
Beginn: 9. Oktober,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
4 Nachmittage, 20,00 ¤ (+ ca. 4,00 ¤ Materialkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden).

He 21

Töpfern für Teenies

ab 10 Jahre

Kursinhalte siehe oben.

Bitte mitbringen: Lappen, evtl. Malerkittel.

Christa Meyer, Lehrerin
dienstags, 17.30–19.00 Uhr,
Beginn: 9. Oktober,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
4 Nachmittage, 20,00 ¤ (+ 4,00 ¤ Materialkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden).

He 22

Farbe und Klang

"Das urtümliche Wesen der Farbe ist ein traumhaftes Klingen, ist Musik gewordenes Licht" (Johannes Itten).
Entspannt und inspiriert durch Klangmassagen und Klangmeditation manifestieren wir im Bild, was die Schwingung in uns auslöst. Ein besonderes Erlebnis!

Bitte mitbringen: Pastelle, Kreiden und Stifte, weißen und farbigen Karton, Matte oder Decke, bequeme Kleidung, Getränke und Gebäck (wenn vorhanden: eigene Klangschalen).

Elisabeth Scholze-Mader, Kunsttherapeutin
Samstag, 17. November, 11.00–17.30 Uhr,
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2,
6 Zeitstunden, 23,00 ¤.

He 23

“Freie Schalen” flechten aus Weide

Aus ungeschälten Weiden, Astgabeln und natürlichen Verknotungen entstehen längliche Schalen für den Tisch oder die Anrichte oder zum Dekorieren. In ihnen finden Schlüssel, Nüsse oder auch Obst ihren Platz.

Bitte mitbringen: eine gute Garten- oder Rosenschere, Schürze.

Diana Stegmann
Mittwoch, 19. September, 16.30–20.30 Uhr,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
4 Zeitstunden, 23,00 ¤ (inkl. 10,00 ¤ Materialkosten).

He 24

Patchwork: Kunst mit Stoffen

In diesem Tageskurs wollen wir mit geometrischen Formen spielen und die Wirkung von verschiedenen Zusammenstellungen unterschiedlicher Stoffe erfahren.
Außerdem soll ein Werkstück in Streifenpatchwork entstehen.
Es sieht schwierig aus, ist es aber nicht.

Bitte mitbringen: tragbare Nähmaschine, vorgewaschene Baumwollstoffe (gemustert und uni), Stoffschere, Nähgarn, Bleistift, Lineal, Sicherheitsnadeln, Nähnadel und Karton. Falls vorhanden: Schneideunterlage, Rollschneider, Schablonen, Molton, Thermolan. Die Dozentin bringt Material mit, das direkt mit ihr abgerechnet werden kann.

Johanna Ottermann
Samstag, 29. September, 9.00–16.30 Uhr
(mit kleiner Mittagspause),
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2,
7 Zeitstunden, 26,00 ¤.

He 25

Spaß am Nähen für alle

Ob Sie schon Näherfahrung haben oder es erst erlernen wollen: Jetzt können Sie sich trauen, es zu lernen. Mit fachgerechter Hilfe ist es gar nicht mehr so schwer. Fortgeschrittene können sich an schwierigere Schnitte wagen und ihr Können erweitern.

Bitte mitbringen: Schnittmuster oder Modezeitschrift, Papier zum Kopieren, Schere, Maßband, Stecknadeln, Schneiderkreide, passendes Garn, Stoff mit den entsprechenden Zutaten, sowie Nähzubehör: Einlage, Knöpfe, Reißverschlüsse.
Telefonische Anmeldung bei der Dozentin unter (0 50 52) 31 49.

Karin Meyer, Schneiderin
dienstags, 19.30–21.45 Uhr,
Beginn: 25. September,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
9 Abende, 63,00 ¤.

He 26

Unterhaltsames Gedächtnistraining

ohne Leistungsdruck am Vormittag

Dieses ganzheitliche Gedächtnistraining regt das Denken und die Fantasie an und verbessert gleichzeitig Konzentration und Merkfähigkeit. Auf spielerische Art können Sie Ihr Gedächtnis verbessern, sich anregen lassen und im Gedankenaustausch Neues erfahren.
Wenn Sie 60 Jahre oder älter sind, ist der Kurs für Sie zugeschnitten!

Bitte Schreibzeug und Getränke mitbringen.

Gudrun Bachmann,
Ergotherapeutin und Gedächtnistrainerin
montags, 9.30–11.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
der letzte Termin am 22. Oktober
findet in den Herbstferien statt,
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2,
6 Vormittage, 32,00 ¤.

He 27

Naturheilkunde und Schulmedizin

Sie sind sich der Verantwortung für Ihre Gesundheit bewusst und möchten sich besser im Informationsdschungel der Medien orientieren. Was unterscheidet Schulmedizin und Naturheilkunde? Wie kommt es zu dem häufigen Gegeneinander und wo bleibt der kranke Mensch, der Patient?
An zwei Abenden wollen wir im lockeren Gespräch Unterschiede herausarbeiten, Möglichkeiten aufzeigen, Begriffe klären und hoffentlich einige Missverständnisse ausräumen.
Die Bedürfnisse des kranken Menschen, der “Anspruch auf Heilung”, das Gespräch mit Therapeuten, das Gefühl, ausgeliefert zu sein, sollen ebenso zur Sprache kommen, wie die Sicht und die Lage der Behandelnden.
Aus dem gegenseitigen Verständnis und dem Wissen erwächst im Krankheitsfall die Chance, sich gut zu informieren, selbstverantwortlich zu entscheiden und die bestmögliche Behandlung zu erhalten.

Christian Kapretz (HP)
mittwochs, 19.30–21.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
2 Abende, 9,00 ¤.

He 28

Seh- und Augentraining

mit der Feldenkrais®–Methode

Computerarbeit, künstliche Beleuchtung, Überreizung der Augen verursachen häufig Kopfschmerzen, Augenbrennen und Erschöpfung. Eine verspannte Nacken- und Schultermuskulatur, ein nachlassendes Konzentrationsvermögen begleiten als Symptome die überforderten, angestrengten Augen.
Wir wollen an beiden Kursabenden lernen, wie durch Augen- und Sehtraining die Sehkraft stabilisiert und optimiert werden kann. Die Anpassungsfähigkeit zum nah und fern Sehen sind genauso das Thema, wie der Wechsel zwischen hell und dunkel.

Während des Kurses bitte keine Kontaktlinsen tragen. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Handtuch oder kleines Kissen, bequeme Kleidung.

Anne Kapretz,
Heilpraktikerin und Feldenkrais®-Lehrerin
mittwochs, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 10. Oktober,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
2 Abende, 10,00 ¤.

He 29

Autogenes Training

für Anfänger und Fortgeschrittene

Autogenes Training ermöglicht es, Ruhe, Entspannung, Harmonie mit sich sowie inneren Frieden zu finden. Es trägt zur Leistungs- und Konzentrationssteigerung bei; Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl werden erhöht und Schlafstörungen gemindert und beseitigt. Störende Einflüsse wie Nervosität, Angst und Aggressionen können durch eigene Gedankenkraft aufgearbeitet und vorteilhaft beeinflusst werden.
Durch geführte Meditationen in der Tiefenentspannung ist es möglich, sich selbst zu finden, sich selbst anzunehmen, einen Ruhepol und dadurch Lebensfreude zu entdecken.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Wolldecke, warme Socken, Kerze.

Eva-Maria Hennig,
Kurs- und Seminarleiterin Autogenes Training
dienstags, 19.00–20.30 Uhr,
Beginn: 18. September,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
10 Abende, 50,00 ¤.

Fernöstliche Gesundheitskurse

Yoga und verwandte Techniken sind aus der asiatischen Philosophie und Religion entstandene Übungen, die der seelischen Entspannung und körperlichen Fitness dienen. In den Kursangeboten der Volkshochschule werden die – auch in der westlichen Medizin anerkannten – Bewegungs- und Entspannungstechniken vermittelt, ohne dass die philosophischen und religiösen Hintergründe thematisiert werden.

He 30

Hatha-Yoga

Die Entspannungstechniken des Yoga helfen uns, Stress zu kontrollieren, sowohl körperlich, wie auch geistig-seelisch.
Wer die Kunst der Entspannung beherrscht, besitzt einen Schlüssel zu ganzheitlicher Gesundheit.

Bitte mitbringen: bequeme und warme Sportkleidung, Matte, Decke, kleines Kopf- oder Sitzkissen.
Der Kurs findet auch in den Ferien statt.

Elisabeth Scholze-Mader,
Bewegungs- und Entspannungspädagogin
donnerstags, 18.15–19.45 Uhr,
Beginn: 20. September,
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2,
8 Abende, 48,00 ¤.

He 31

Hatha-Yoga

Kursinhalte siehe oben.

Bitte mitbringen: bequeme und warme Sportkleidung, Matte, Decke, kleines Kopf- oder Sitzkissen.
Kein Unterricht in den Herbstferien.

Elisabeth Scholze-Mader,
Bewegungs- und Entspannungspädagogin
donnerstags, 20.00–21.30 Uhr,
Beginn: 20. September,
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2,
8 Abende, 48,00 ¤.

He 32

Freude am Tanzen

ein Schnupperkurs

Tanz ist Lebendigkeit und Ausdruck seelischer und geistiger Leichtigkeit.
Tanz fasst alle Menschen in ihrer Vielfalt zusammen.
Gemeinsam getanzte Erfahrung trägt, regt an, setzt Impulse frei und stärkt die Lebensfreude.
Der Kreistanz ist die älteste und reichste aller Tanzformen.
An vier Abenden werden wir Schritt für Schritt sowohl fröhlich beschwingte als auch ruhige meditative Kreistänze aus aller Welt kennen lernen. Im Vordergrund steht die Freude an der Bewegung.
Ein Kurs für alle, die diese Form des Tanzens kennen lernen möchten, gleich welchen Alters. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte leichte Schuhe mitbringen.

Karola Oehmichen
montags, 19.00–20.30 Uhr,
Beginn: 24. September,
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.,
4 Abende, 20,00 ¤.

He 33

Orientalischer Tanz und Weiblichkeit

Grundausbildung am Wochenende

Jede Frau wird in ihrer Weiblichkeit durch diesen weichen, aus der Mitte kommenden Tanz bestärkt, zu sich selbst und ihrem Körper zu stehen und mehr "Selbst-Bewusstsein" zu erlangen.
Bei diesem Tanz gibt es kein "zu alt, zu jung, zu dick oder zu dünn". Durch den orientalischen Tanz trainieren Sie auf angenehme Weise die Muskulatur des gesamten Körpers, Verspannungen werden gelöst, Ihre Haltung verbessert sich sichtbar, das Körperbewusstsein und die Koordination werden geschult.
Spielerische Übungen helfen, ein differenziertes Körpergefühl zu entwickeln. Unsere Themen:

- Grundbewegungen des orientalischen Tanzes
- Koordination, Isolation
- Aufrechte Haltung
- Dehnung, Entspannung

Bitte mitbringen: eng anliegende, bequeme Kleidung, Hüfttuch, Gymnastikschuhe, Durstlöscher, harten Igelball.

Karin Maier
Samstag, 13. Oktober, 11.00–16.00 Uhr,
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2,
5 Zeitstunden, 20,00 ¤.

He 34

Orientalischer Tanz

Aufbaukurs mit einer kleinen Choreographie am Wochenende

Grundkenntnisse sind erforderlich.
Wir erweitern unsere Basistechnik mit einfachen Schrittkombinationen und Armfiguren zu einer kleinen Choreographie von ca. vier Minuten.

Bitte mitbringen: eng anliegende, bequeme Kleidung, Hüfttuch, Gymnastikschuhe, Durstlöscher, harten Igelball.

Karin Maier
Samstag, 10. November, 11.00–16.00 Uhr,
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2,
5 Zeitstunden, 20,00 ¤.

He 35

Aquajogging

am Vormittag

Eine Kombination aus Aquafitness, Aquarobic und Aquajogging in Tief- und Flachwasser, mit und ohne Geräte.
Für jedes Alter, Schwimmer oder Nichtschwimmer, erfahren oder nicht. Das Wasser bietet die Möglichkeit, Gelenk schonend Muskulatur zu kräftigen, die Kondition zu verbessern und ein entspannendes Wohlgefühl zu erzeugen.
Hervorragend für Menschen mit Stoffwechsel- und Atemwegserkrankungen und Einschränkungen des Muskel- und Bewegungsapparates und auch für Übergewichtige und Gestresste.
Nicht geeignet ist der Kurs für Herz- und Kreislauferkrankte und Schwangere.

Falls vorhanden, bitte mitbringen: Aqua-Jogger, Hanteln, Fußgewichte, (können auch für 5,00 ¤ pro Kurs bei der Dozentin ausgeliehen werden.)
Der Kurs findet nach Absprache in den Herbstferien statt.

Maren Frind, Sport- und Gymnastiklehrerin
donnerstags, 9.45–10.30 Uhr,
Beginn: 20. September,
Waldschwimmbad, Lotharstr. 66,
10 Vormittage, 22,00 ¤ (+ Eintritt).

He 36

Aquajogging

am Vormittag

Kursinhalte siehe oben.

Falls vorhanden, bitte mitbringen: Aqua-Jogger, Hanteln, Fußgewichte, (können auch für 5,00 ¤ pro Kurs bei der Dozentin ausgeliehen werden.)

Carola Lange, Fachübungsleiterin für Gesundheits- und Rehasport
dienstags, 11.20–12.05 Uhr,
Beginn: 18. September,
Waldschwimmbad, Lotharstr. 66,
10 Vormittage, 22,00 ¤ (+ Eintritt).

He 37

Aqua-Fitness

am Vormittag

Bei flotter Musik unter Entlastung der Wirbelsäule wollen wir unser Herz-Kreislauf-System stärken. Der natürliche Auftrieb des Wassers ermöglicht eine Gelenk, Bänder und Muskeln schonende Alternative zum normalen Wirbelsäulentraining.
Dieser Kurs bietet einen hohen Gesundheitswert, aber auch Spaß und Wohlgefühl! Der Kurs findet auch in den Herbstferien statt.

Bitte mitbringen: Aqua-Jogger, Hanteln, Fußgewichte (können auch bei der Dozentin für 5,00 ¤ pro Kurs ausgeliehen werden.)

Begrenzte Teilnehmerzahl

Carola Lange, Fachübungsleiterin für Gesundheits- und Rehasport
dienstags, 10.30–11.15 Uhr,
Beginn: 18. September,
Waldschwimmbad, Lotharstr. 66,
10 Vormittage, 22,00 ¤ (+ Eintritt).

He 38

Wassergymnastik

im "Heidehotel"

Bei Entlastung der Gelenke fallen uns viele Übungen im Wasser leichter, obwohl die Kräftigung der Muskulatur durch den Wasserwiderstand gesteigert wird. Zudem aktiviert der Wasserdruck die Bindegewebsdurchblutung und die Atmung wird intensiviert.
Der Kurs findet nach Absprache auch in den Herbstferien statt.

Bitte mitbringen: "Wassernudeln"

Maren Frind, Sport- und Gymnastiklehrerin
mittwochs, 18.30–19.30 Uhr,
Beginn: 19. September,
Schwimmbecken Hotel Heidehof, Billingstr. 29,
10 Abende, 29,00 ¤ (+ Eintritt).

He 39

Straffer Bauch und fester Po

Die Gymnastik soll sinnvoll und gezielt den Körper aktivieren, sozusagen Zug um Zug Muskeln, Bänder und Gelenke mobilisieren, um auch bisherige Nicht-Sportler für die Bewegungsbegeisterung zu gewinnen.

Bitte mitbringen: Trainingsanzug oder ähnliche sportliche Kleidung.

Heinke Broders-Schrade, Sportlehrerin
dienstags, 18.30–19.30 Uhr,
Beginn: 18. September,
Turnhalle der Grundschule, Lutterweg 18,
12 Abende, 35,00 ¤.

He 40

Straffer Bauch und fester Po

Kursinhalte siehe oben.

Bitte mitbringen: Trainingsanzug oder ähnliche sportliche Kleidung.

Heinke Broders-Schrade, Sportlehrerin
mittwochs, 18.30–19.30 Uhr,
Beginn: 19. September,
Turnhalle der Grundschule, Lutterweg 18,
12 Abende, 35,00 ¤.

He 41

Wirbelsäulengymnastik

Gezielte Übungen zur Unterstützung der Körperhaltung mit Atem- und Entspannungsübungen. Rückengerechtes Alltagsverhalten, Dehnung und Kräftigung der Muskulatur des Halteapparates und Mobilisierung der Gelenke.

Bitte mitbringen: Trainingsanzug oder ähnliche sportliche Kleidung.

Heinke Broders-Schrade, Sportlehrerin
dienstags, 19.30–20.30 Uhr,
Beginn: 18. September,
Turnhalle der Grundschule, Lutterweg 18,
12 Abende, 35,00 ¤.

He 42

Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Bitte mitbringen: Trainingsanzug oder ähnliche sportliche Kleidung.

Heinke Broders-Schrade, Sportlehrerin
mittwochs, 19.30–20.30 Uhr,
Beginn: 19. September,
Turnhalle der Grundschule, Lutterweg 18,
12 Abende, 35,00 ¤.

He 43

Rückenfitness

mit und ohne Pezziball am Vormittag

Muskelverspannungen und -verkrampfungen vom Alltag aufspüren und durch gezielte Übungen bearbeiten, dafür ist es nie zu spät.
Jeder kann ohne sportliche Vorkenntnisse einsteigen, mitmachen und seinen Körper neu kennen lernen.
Der Kurs findet nach Absprache auch in den Herbstferien statt.

Bitte mitbringen: Decke zum Unterlegen, bequeme Kleidung und nach Absprache Pezziball.

Maren Frind, Sport- und Gymnastiklehrerin
donnerstags, 8.30–9.30 Uhr,
Beginn: 20. September,
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2,
10 Vormittage, 39,00 ¤.

He 44

Basiswissen Wein

In diesem Grund-Seminar rund um das Thema Wein wird ihre Sensorik geschult, Sie lernen den Unterschied der Weinarten kennen, das "Weinvokabular" und erfahren, wie ein Etikett zu lesen und zu verstehen ist.
Welche Qualitätsstufen es im deutschen Weinbau gibt und viele andere Fragen werden mit themenbezogenen Proben verdeutlicht.

Teilnehmer müssen mindestens 18 Jahre alt sein. "Don't drink and drive!"

Martina Kremmeicke,
anerk. Beraterin für deutschen Wein (DWI)
Dienstag, 16. Oktober, 19.00–21.15 Uhr,
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2,
3 Unterrichtsstunden, 10,00 ¤. (Hinzu kommen ca. 7,50 ¤ Weinumlage, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.)

He 45

Genuss-Seminar Wein und Schokolade

Wo wächst eigentlich Schokolade und wie wird sie hergestellt? Welcher Wein schmeckt zu Schokolade? Warum schmeckt Wein manchmal nach Bitterschokolade? Ein Abend rund um den Genuss von Wein und Schokolade.
Dieser Kurs wäre vielleicht auch eine Idee für eine "andere Weihnachtsfeier".

Teilnehmer müssen mindestens 18 Jahre alt sein. "Don't drink and drive!"

Martina Kremmeicke,
anerk. Beraterin für deutschen Wein (DWI)
Dienstag, 4. Dezember, 19.00–21.15 Uhr,
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2,
3 Unterrichtsstunden, 10,00 ¤. (Hinzu kommen ca. 7,50 ¤ Weinumlage, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.)

He 46

Sekt, Secco und Champagner

Wie wird aus Wein eigentlich Sekt? Ist Prosecco gleich Secco?
An diesem Abend werden Sie alles rund um deutschen Sekt, Secco und "Champagner", deren unterschiedliche Herstellungsverfahren kennen lernen und erschmecken. Unter anderem werden Fragen zur Trinktemperatur und der richtigen Lagerung geklärt.

Teilnehmer müssen mindestens 18 Jahre alt sein. "Don't drink and drive!"

Martina Kremmeicke,
anerk. Beraterin für deutschen Wein (DWI)
Dienstag, 11. Dezember, 19.00–21.15 Uhr,
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2,
3 Unterrichtsstunden, 10,00 ¤. (Hinzu kommen ca. 7,50 ¤ Weinumlage, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.)

Volkshochschule Samtgemeinde Lachendorf

Außenstelle der VHS Celle

Geschäftsstelle:
Allerheide 28, 29331 Lachendorf

Telefon: (0 51 45) 2 82 88

Konto:
Volksbank Südheide (BLZ 257 916 35)
Kontonummer 800 999 600

Leitung:
Gisela Buchbinder

Anmeldung:
Freitag, 31. August,
bis Freitag, 14. September,
montags, dienstags, mittwochs und freitags von 9.00–12.00 Uhr,
donnerstags von 17.00–19.00 Uhr.
Freitag, 31. August,
zusätzlich von 16.00–19.00 Uhr.

Anmeldungen sind auch nach dem 14. September auf Band jederzeit möglich.

Unterrichtsorte:
Realschule Lachendorf, Im Südfeld 6,
Geschwister-Scholl-Schule, Im Südfeld 2,
Ev.-luth. Kirchengemeinde Arche Noah, Brömmerkamp 10,
Olen Drallen Hof, Lachendorf, Oppershäuser Str. 3
Sportcenter Lachendorf, Jarnser Str. 46.
Gymnasium Lachendorf, Alter Postweg 1

Für Kurse mit „Begrenzter Teilnehmerzahl" ist eine telefonische Anmeldung erforderlich. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Persönliche und telefonische Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr.
Die Kursgebühr ist unter Angabe der Kursnummer, des Kurstitels und des Semesters auf das o.g. Konto zu überweisen. Formulare hierfür erhalten Sie in der Geschäftsstelle oder am ersten Kursabend.

Im Übrigen gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 5.
Warten Sie nicht auf eine Benachrichtigung, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben. Nur wenn ein Kurs abgesagt werden muss, erhalten Sie eine Nachricht.

L 1

Ein Vormittag im Bomann-Museum

für Eltern und Kinder

In Zusammenarbeit mit dem Bomann-Museum

Wie die Menschen früher in unserer Region ohne Auto, elektrisches Licht, Fernseher und Computer leben konnten, erfahren Kinder im Alter von 6 bis 12 Jahren in Begleitung ihrer Eltern bei einer kindgerechten Führung u.a. durch das Heidezimmer, Bauernhaus oder die Spielzeugabteilung des drittgrößten kulturhistorischen Museums Niedersachsens.
Im Anschluss an die Führung haben die Familien die Möglichkeit eines weiteren Rundgangs durch das Museum.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Marlene Pferdekämper, Stadtführerin
Samstag, 1. Dezember, 10.30–12.00 Uhr,

Treffpunkt: Celle, Haupteingang Bomann-Museum,
Teilnehmergebühr für Erwachsene: 5,00 ¤, für Kinder: 2,50 ¤ + Eintritt für das Museum: 2,00 ¤ für Erwachsene, Kinder frei. Die Kursgebühr ist gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen.

L 2

Walderlebnistag

mit Kindern die Natur kennen lernen
für Kinder (3 bis 5 Jahre) und Eltern

An diesem Walderlebnistag wollen wir bei Wind und Wetter den Wald und seine Bewohner erkunden, mit Waldmaterial basteln und Spiele in der Natur kennen lernen.

Bitte wetterfestes Schuhwerk, Regenkleidung, Kopfbedeckung mitbringen. Lupe, wenn vorhanden, keine Verpflegung mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Andrea Wallasch
Samstag, 13. Oktober, 15.30–17.00 Uhr,
Treffpunkt: Sallohweg in Lachendorf,
5,00 ¤. Die Kursgebühr ist gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen.

L 3

PC-Einstieg mit Windows

Die Teilnehmer erhalten einen Überblick über
- den Aufbau und die Funktionsweise eines Personalcomputers,
- zentrale Begriffe der EDV,
- wichtige Peripheriegeräte (Drucker, Diskettenlaufwerke, Festplatten),
- die Benutzeroberfläche Windows,
- das Arbeiten mit dem Computer mit Hilfe von ausgewählten Standardprogrammen.

Der Kurs ist geeignet für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Winfried Hinz, Realschullehrer,
mittwochs, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 19. September,
Realschule Lachendorf, Computerraum,
4 Abende, 42,00 ¤ (+ 1,50 ¤ für Fotokopien. Dieser Betrag ist an den Dozenten zu zahlen.) Die Kursgebühr ist gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen.

L 4

Grundlagen der Textverarbeitung

Word 2003

Der Kurs bietet eine Einführung in die Arbeit mit einem modernen Textverarbeitungssystem.

Kursinhalte:
- Grundsätzliche Programmeinstellungen
- Texte eingeben, korrigieren, speichern und drucken
- Textteile bearbeiten und gestalten
- Absätze gestalten (Rahmen, Einzug, Schattierung, Aufzählungen)
- Seitengestaltung (Ränder, Papierformat)
- Tabulatoren verwenden
- einfache Tabellen einrichten und gestalten
- Autotext einfügen (z.B. Datum)
- Einbinden von Grafiken und Autoformen (ClipArts, Wordart, Textfelder)

Der Kurs ist geeignet für Teilnehmer ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Winfried Hinz, Realschullehrer
mittwochs, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 7. November,
Realschule Lachendorf, Computerraum,
4 Abende, 42,00 ¤ (+ 1,50 ¤ für Fotokopien. Dieser Betrag ist an den Dozenten zu zahlen.) Die Kursgebühr ist gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen.

L 5

Tastschreiben am PC

für Schüler und Schülerinnen
von 11 bis 16 Jahren

Dieser Kurs vermittelt den Teilnehmern Sicherheit im Umgang mit Tastaturen eines Personalcomputers. Dazu werden die Buchstabenfelder der Tastatur und die Erstellung von maschinengeschriebenen Texten nach dem „Zehn-Finger-Blind-System“ am PC erlernt.

Lehrbuch: Reinhard Rüffer, Textverarbeitung mit Word 2003, neue DIN 5008 mit Änderung A 1 von 2004, Bildungsverlag EINS, Bestell.-Nr. 06185-x.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Ingrid Schade, Office Managerin
freitags, 13.30–15.00 Uhr,
Beginn: 14. September,
Gymnasium Lachendorf, Computerraum,
12 Abende, 56,00 ¤.

L 6

Brush up your English I

Auffrischungskurs für alle, deren Schulenglisch (bis Klasse 10) in Vergessenheit geraten ist. Anhand des Lehrbuchs „On the Move“ werden alle Bereiche wiederholt und durch Diskussionen, Rollenspiele sowie Kurzgeschichten erweitert.

Lehrbuch: On the Move, Refresher Course, Klett-Verlag, ISBN 3-12-524129-4.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Dr. Anke Heins
donnerstags, 17.30–19.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Realschule Lachendorf,
12 Abende, 53,00 ¤.

L 7

Brush up your English II

Kursinhalte siehe oben.

Lehrbuch: On the Move, Refresher Course, Klett-Verlag, ISBN 3-12-524129-4, ab Unit 5.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Dr. Anke Heins
donnerstags, 19.10–20.40 Uhr,
Beginn: 20. September,
Realschule Lachendorf,
12 Abende, 53,00 ¤.

L 8

Der neue Energieausweis für Gebäude

Der Energieausweis wird auch für Bestandsobjekte bei jedem Eigentümer- oder Mieterwechsel nach Umsetzung der EU-Richtlinie zur Pflicht.

Inhalte:
- Gesetzliche Rahmenbedingungen
- Anforderungen an den Energieausweis
- Verbrauchs- oder bedarfsorientierter Ausweis
- Ausstellerberechtigung
- Kosten
- Fördermöglichkeiten

Begrenzte Teilnehmerzahl

Bernd A. Binder, Dipl. Sachverständiger, Gebäudeenergieberater
Donnerstag, 8. November, 18.30–20.45 Uhr,
Realschule Lachendorf,
1 Abend, 7,00 ¤ . Die Kursgebühr ist gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen.

L 9

Töpfern für Kinder

ab 8 Jahre

Durch spielerisches Gestalten mit dem Werkstoff Ton können Kinder Figuren und kleine Gegenstände herstellen.

Bitte Zeitungspapier, altes Handtuch, Wasserglas, kleines Messer und Plastiktüte mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Marlene Pferdekämper, Fachlehrerin
mittwochs, 15.00–17.00 Uhr,
Beginn: 28. November,
Realschule Lachendorf,
3 Nachmittage, 20,00 ¤ (+ ca. 4,00 ¤ Materialkosten).

L 10

Kinderkurs Holzarbeiten I

Kinder von 6 bis 8 Jahren können in diesem Kurs eine einfache Holzarbeit, ein Holzauto, selbst gestalten. Unter Anleitung erlernen sie sägen, feilen, schleifen und leimen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Axel Eymess, Lehrer
donnerstags, 15.00–16.30 Uhr,
Beginn: 4. Oktober,
Geschwister-Scholl-Schule Lachendorf, Werkraum, bitte nur den Eingang Neuer Schulweg benutzen,
3 Nachmittage, 15,00 ¤ (+ ca. 2,00 ¤ Materialkosten).

L 11

Kinderkurs Holzarbeiten II

Kinder von 9 bis 11 Jahren stellen in diesem Kurs eine Holzlokomotive mit 2 Anhängern her. Unter Anleitung und ggf. Hilfestellung sollen die Kinder sägen, feilen, schleifen, bohren und leimen lernen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Axel Eymess, Lehrer
donnerstags, 16.45–18.15 Uhr,
Beginn: 4. Oktober,
Geschwister-Scholl-Schule Lachendorf, Werkraum, bitte nur den Eingang Neuer Schulweg benutzen,
3 Nachmittage, 15,00 ¤ (+ ca. 4,00 ¤ Materialkosten).

L 12

Aquarellmalerei

für Anfänger und Fortgeschrittene

Die Schönheit der fließenden Farben und die Freude an der eigenständigen, indi-

viduellen Bildgestaltung stehen im Mittelpunkt dieses Kurses mit semesterweise wechselnden Themen. Die Arbeit am Motiv wird ergänzt durch zeichnerisch-kompositorische Studien, Technikübungen auch in Mischtechniken sowie gestalterische Varianten und Experimente.
Anfänger werden mit vereinfachten Aufgaben behutsam an die Arbeit der Gruppe herangeführt.

Bitte vorhandenes Aquarell- und Skizzenmaterial mitbringen. Neuanschaffungen erst nach genauer Materialinformation bei Kursbeginn.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Monika Dittrich
mittwochs, 18.45–21.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Gymnasium Lachendorf,
10 Abende, 70,00 ¤.

L 13

Keramik für Haus und Garten

Tierfiguren wie z.B. Hühner und Vögel können neben eigenen Kreationen in Aufbautechnik gearbeitet und glasiert werden.

Bitte mitbringen: Zeitungspapier, Schürze, Messer, Gabel, Plastiktüte oder -folie, Kuchenrolle und Wasserglas.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Ute Colditz
mittwochs, 19.00–21.15 Uhr,
Beginn: 19. September,
Realschule Lachendorf, Werkraum,
6 Abende, 45,00 ¤ (+ Materialkosten). Die Kursgebühr ist gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen.

L 14

Filzen mit Wasser und Seife

Wochenendkurs

Wir wollen eine uralte Technik, Wolle zu verarbeiten, neu entdecken. Zum Einstieg lernen wir Blüten, Bänder und Kugeln zu filzen, um mit dem Material und der Technik vertraut zu werden.
Im weiteren Verlauf des Kurses wollen wir uns an größere Dinge wagen. Je nach Lust und Laune können das z.B. Kissenhüllen, Pulswärmer, Pantoffeln oder eine Tasche werden.

Bitte eine große Schüssel (10 l), alte Frotteehandtücher, Plastiktischdecke, Wäschesprenger, Schere, Bambusrollo, elektrischen Wasserkocher, Handcreme, Haushaltshandschuhe, Nähzeug und kleinen Imbiss mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Stephanie Hantzko
Samstag, 6. Oktober, 11.00–17.30 Uhr (mit Pausen),
Realschule Lachendorf, Werkraum,
6 Zeitstunden, 20,00 ¤ (+ ca. 10,00 ¤ Materialkosten). Die Kursgebühr ist gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen.

L 15

Hardanger, Ajour und Schwälmer Stickerei

Zauberhafte Handarbeiten entstehen aus edlen Materialien wie reinem Leinen und hochwertigen Baumwollstoffen. Verschiedene Sticktechniken wie z.B. Schwälmer Stickerei, Weißstickerei, Schattenstich, Hardanger, Ajour, Myreschkastickerei, Kreuz- und Makrameestich stehen in diesem Kurs im Mittelpunkt.

Zum ersten Treffen bitte mitbringen: Stickschere, Stecknadeln, Maßband und Heftgarn.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Dorothee Ziebarth
donnerstags, 19.00–21.15 Uhr,
Beginn: 11. Oktober,
Realschule Lachendorf,
5 Abende, 37,00 ¤.

L 16

Gehirn-Jogging – 50 plus

am Vormittag

Wir lernen mit viel Spaß und auf kreative Weise, unsere grauen Gehirnzellen anzuregen und Konzentration und Merkfähigkeit zu verbessern.
Wer neugierig ist, geistig beweglich bleiben will, sein Gedächtnis trainieren und etwas Neues kennen lernen möchte, kann in diesem Kurs durch leichte und anspruchsvolle Übungen viel tun, um bis ins hohe Alter, und möglichst ohne Probleme, fit zu bleiben, denn „Fit sein“ fängt im Kopf an.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Inge Dahms, gepr. Präventologin
dienstags, 9.30–11.00 Uhr,
Beginn: 9. Oktober,
Olen Drallen Hof, Oppershäuser Str. 3,
4 Abende, 21,00 ¤.

L 17

Seniorentanz und Qi Gong im Sitzen

Wochenendseminar

Den natürlichen Alterserscheinungen mit einem abwechslungsreichen Programm zu begegnen, das ist unser Ziel.
Die Übungen bereiten Freude, fördern die Konzentration, Beweglichkeit und erhöhen das körperliche und seelische Wohlbefinden.
Diese Übungen sind auch für Menschen mit leichten Behinderungen geeignet.

Bitte kommen Sie in warmer, bequemer Kleidung und bringen etwas zu trinken mit.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Ingrid Otto, Seminarleiterin für Autogenes Training und Qi Gong
Freitag, 2. November, 15.00–16.30 Uhr,
Samstag, 3. November, 14.00–15.30 Uhr,
Arche Noah, Lachendorf,
3 Zeitstunden, 11,00 ¤. Die Kursgebühr ist gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen.

L 18

Hatha-Yoga

Körperübungen – Atemübungen – Entspannung

Durch einfache Yoga- und Atemübungen wollen wir den Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung, Aktivität und Ruhe, Beweglichkeit und Innehalten üben.

Bitte bequeme und warme Sportkleidung, Socken, Matte und Decke mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Susanne Matthews, Yoga- und Atemlehrerin
mittwochs, 17.15–18.45 Uhr,
Beginn: 19. September,
Arche Noah, Lachendorf,
11 Abende, 57,00 ¤.

L 19

T’ai Chi Chuan für Anfänger

Chinesische Bewegungskunst und Gesundheitsmethode

Regelmäßiges Üben fördert die Kräftigung der Muskulatur und des Bewegungsapparates, ist Rücken schulend, aktiviert die ausgewogene Aktivität der Gehirnhälften, stärkt den Atem, ist körperlich belebend und mental entspannend. Die Teilnehmer erlernen eine komplette Beginner-Form, die später allein ausgeübt werden kann.
Schließlich ist ein Hauptziel der Übungen die mentale, innere Entspannung, Sammlung, zu sich selbst zu finden, mit sich und der Welt glücklicher zu sein.

Bitte bequeme Kleidung und leichte Turnschuhe mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Karsten Fiedler,
Dipl.-Sozialpädagoge, T’ai Chi Chuan Lehrer
dienstags, 19.45–21.15 Uhr,
Beginn: 18. September,
Realschule Lachendorf, Forum,
12 Abende, 56,00 ¤.

L 20

Nordic Walking

am Vormittag

Vielleicht ist Nordic Walking der leichte Einstieg in ein bewegteres, dynamischeres und gesünderes Leben für Sie.
Sie überfordern sich und Ihren Körper dabei nicht, da Sie das Tempo angeben, spüren aber trotzdem eine wohltuende Anstrengung.
Von der Bewegung, die rund 90% aller Muskeln beansprucht, profitieren sowohl Körper als auch Seele.
Sehr gut geeignet ist Nordic Walking für Anfänger, sportliche Wiedereinsteiger, für ältere Menschen, für Personen mit Übergewicht und sportlich Aktive, die Ausgleich und etwas Neues suchen.

Nordic Walking Stöcke können für die Dauer des Kurses gegen eine geringe Gebühr aus-

geliehen werden. Bitte bequeme Schuhe und wetterfeste Kleidung tragen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Beate John, DSV Nordic Walking Trainerin und Übungsleiterin Sport in der Prävention
montags, 9.30–10.30 Uhr,
Beginn: 17. September,
Treffpunkt: Altenceller Weg, Ecke Mozartstr., Lachendorf,
10 Vormittage 29,00 ¤.

L 21

Wirbelsäulengymnastik
am Vormittag

Gezielte Übungen tragen zur Kräftigung und Stabilisierung der Rückenmuskulatur bei. Ein wirbelsäulengerechtes Verhalten für das tägliche Leben wird vermittelt.

Bitte Sportzeug, Turnschuhe, eine Matte und ein kleines Kissen mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Birgit Naujok,
Übungsleiterin für Gesundheitssport
donnerstags, 9.00–10.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Arche Noah, Lachendorf,
14 Vormittage, 41,00 ¤.

L 22

Wirbelsäulengymnastik
am Vormittag

Kursinhalte siehe oben.

Birgit Naujok,
Übungsleiterin für Gesundheitssport
donnerstags, 10.00–11.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Arche Noah, Lachendorf,
14 Vormittage, 41,00 ¤.

L 23

Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Ulrike Schärfl, Gymnastiklehrerin
mittwochs, 16.45–17.45 Uhr,
Beginn: 19. September,
Turnhalle Gymnasium Lachendorf,
10 Abende, 29,00 ¤.

L 24

Wirbelsäulengymnastik für Männer

Kursinhalte siehe oben.

Ulrike Schärfl, Gymnastiklehrerin
mittwochs, 17.45–18.45 Uhr,
Beginn: 19. September,
Turnhalle Gymnasium Lachendorf,
10 Abende, 29,00 ¤.

L 25

Rückengymnastik mit sanfter Nackenschule

Das ganzheitliche Konzept dieses Kurses spricht nicht nur den mittleren und unteren Rücken an, sondern geht insbesondere auf die Probleme im Schulter-/Nackenbereich ein.

Neben der Kräftigung des Rückens werden sehr viele Übungen zur Wahrnehmung, Lockerung und Entspannung durchgeführt.

Bitte rutschfeste Unterlage, ein kleines Kissen, Turnschuhe und Sportkleidung mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Ingrid Brandes,
Übungsleiterin für Reha- und Präventionssport
dienstags, 18.00–19.30 Uhr,
Beginn: 18. September,
Forum Realschule Lachendorf,
12 Abende, 48,00 ¤.

L 26

Präventive Osteoporosegymnastik
am Vormittag

Immer mehr Menschen sind ab der Mitte ihres Lebens von der Osteoporoseerkrankung betroffen, d.h. die Knochen werden porös, es folgt ein erhöhtes Risiko für Knochenbrüche. Bewegungsarmut – als falsche Schonhaltung – fördert zusätzlich den Abbau der Muskulatur.
Die ganzheitliche Körpergymnastik dieses Kurses zielt darauf ab, Erwärmung, Lockerung, An- und Entspannung, Dehnung, Kräftigung, Mobilisierung, Lagerung, Geh- und Haltungsschulung zu erfahren.

Bitte rutschfeste Unterlage, ein kleines Kissen, Turnschuhe und Sportkleidung mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Ingrid Brandes, Übungsleiterin für Rehasport, Osteoporose Trainerin
mittwochs, 8.45–9.45 Uhr,
Beginn: 19. September,
Arche Noah, Lachendorf,
11 Vormittage, 32,00 ¤.

L 27

Präventive Osteoporosegymnastik
am Vormittag

Kursinhalte siehe oben.

Ingrid Brandes, Übungsleiterin für Rehasport, Osteoporose Trainerin
mittwochs, 9.45–10.45 Uhr,
Beginn: 19. September,
Arche Noah, Lachendorf,
11 Vormittage, 32,00 ¤.

L 28

Kniefitness und Knieschule
am Vormittag

Dieser Kurs richtet sich an jeden, der schon Bekanntschaft mit Kniebeschwerden gemacht hat und an all jene, die diese Erfahrung erst gar nicht machen wollen! Das gymnastische Übungsprogramm hat drei wichtige Ziele:

- Training der Beinmuskulatur, um das Kniegelenk bei Belastung und Bewegung zu stabilisieren.
- Verbesserung der Beweglichkeit, wenn z.B. durch arthrotische Veränderungen (Verschleiß) die Beweglichkeit eingeschränkt ist.
- Erlernen von Gelenk schonendem Verhalten beim Sport und im Alltag.

Bitte rutschfeste Unterlage, ein kleines Kissen, Turnschuhe und Sportkleidung mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Ingrid Brandes,
Fachübungsleiterin für Reha- und Gesundheitssport
mittwochs, 10.50–11.50 Uhr,
Beginn: 19. September,
Arche Noah, Lachendorf,
11 Vormittage, 32,00 ¤.

L 29

Training der Bauch- und Beckenbodenmuskulatur

Durch ein gezieltes Training der Beckenboden- und Gesäßmuskulatur kann sowohl einer Gebärmutter- als auch einer Blasensenkung vorgebeugt werden. Bei bestehenden Beschwerden werden gute Erfolge erzielt. Dieser Kurs eignet sich für Frauen aller Altersgruppen.

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, kleines Kissen, Handtuch und eine Decke/Matte mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Annemarie Steitzer,
Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
donnerstags, 16.50–17.50 Uhr,
Beginn: 20. September,
Forum Realschule Lachendorf,
14 Abende, 41,00 ¤.

L 30

Gymnastik mit viel Musik

Für alle, die Spaß an der Bewegung mit Musik haben und ihre Problemzonen wie Bauch, Taille und Oberschenkel durch gezielte Übungen kräftigen und ihre allgemeine Kondition verbessern möchten.

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe und eine Matte mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Ulrike Schärfl, Gymnastiklehrerin
mittwochs, 19.00–20.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Sportcenter-Power Point, Jarnser Str. 46,
10 Abende, 35,00 ¤.

L 31

Ganzkörpergymnastik
mit viel Musik

Gezielte Übungen für Bauch, Beine, Po verbessern Ausdauer, Beweglichkeit und Körperhaltung.

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe und eine Matte mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Diana Berner-Wottke, Übungsleiterin
montags, 18.45–19.45 Uhr,
Beginn: 17. September,
Forum Realschule Lachendorf,
12 Abende, 35,00 ¤.

L 32

Gymnastik für Problempunkte

Eine intensive Gymnastik mit wirksamen Übungen für die Tiefenmuskulatur und die Gewebestraffung. Übungen aus dem Bereich Callanetics und Stretching/Dehnen werden mit einbezogen.

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe und eine Decke/Matte mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Annemarie Steitzer,
Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
donnerstags, 18.00–19.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Forum Realschule Lachendorf,
14 Abende, 41,00 ¤.

Für die folgenden Kurse im Bereich Kochen / Backen gilt eine begrenzte Teilnehmerzahl.

Bei Abmeldungen, die später als 3 Werktage vor Kursbeginn erfolgen, müssen die Lebensmittelkosten für den ersten Abend berechnet werden.

L 33

Kinder kochen und backen

für Kinder ab 7 Jahre

Wir backen Kuchen und Kekse, kochen kleine Gerichte, bereiten Salate zu und lernen etwas aus der Vollwertküche kennen.

Bitte bringt Geschirrtuch, Topflappen, Schürze und Gefäße für „Reste" mit.

Jutta Bangemann, Hauswirtschaftsmeisterin
montags, 15.00–17.30 Uhr,
Beginn: 12. November,
Geschwister-Scholl-Schule (Küche), bitte nur den Eingang Neuer Schulweg benutzen,
2 Nachmittage, 17,00 ¤ + 4,00 ¤ Lebensmittelkosten = 21,00 ¤. Die Kursgebühr ist gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen.

L 34

Schmeckt nicht, gibt`s nicht

Kochkurs für Männer

Männer, die schon erste Kocherfahrungen gesammelt haben und mit Freude in der Gemeinschaft unter Männern kochen möchten, werden in diesem Kurs u.a. an Gerichte von den Fernsehköchen Tim Mälzer, Lafer und Sass herangeführt. Ihre Rezepte wollen wir ausprobieren und uns schmecken lassen. Rezeptwünsche der Kursteilnehmer werden berücksichtigt.

Axel Eymess, Lehrer
mittwochs, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 7. November,
Geschwister-Scholl-Schule (Küche), bitte nur den Eingang Neuer Schulweg benutzen,
4 Abende, 35,00 ¤ + 15,00 ¤ Lebensmittelkosten für zwei Abende = 50,00 ¤.

L 35

Indische Kultur und Küche

Wochenendkurs

Lernen Sie die Spezialitäten der Indischen Küche kennen. Entdecken Sie, wie man aus Alltagsspeisen exotische Gerichte zaubert und die Geheimnisse indischen Brotes.
Gemüse wird mit herrlichen Gewürzen verwandelt und Sie werden feststellen, dass indische Speisen nicht immer nur scharf sind.
Nebenbei erhalten Sie Informationen über den fremden Kulturkreis – ein wirkliches Koch-Erlebnis-Wochenende.

Ute Labudde
Freitag, 18. Januar 2008, 18.30–21.30 Uhr,
Samstag, 19. Januar 2008, 14.00–18.00 Uhr,
Geschwister-Scholl-Schule (Küche), bitte nur den Eingang Neuer Schulweg benutzen,
7 Zeitstunden, 20,00 ¤ + 25,00 ¤ Lebensmittelkosten = 45,00 ¤. Die Gebühr ist mit der Anmeldung zu überweisen.

Volkshochschule Unterlüß

Außenstelle der VHS Celle

Geschäftsstelle:
Müdener Straße 63, 29345 Unterlüß

Telefon: (0 58 27) 54 66
Fax: (0 32 22) 1 18 77 27
Mail: vhs.unterluess@arcor.de

Konto:
Volksbank Südheide (BLZ 257 916 35)
Kontonummer 30 737 800

Leitung:
Maren Frind

Anmeldungen:
sind möglich ab dem 31. August per Internet (www.vhs-celle.de), Mail, Fax, telefonisch (auch Anrufbeantworter) oder persönlich.

Unterrichtsort:
Die Kurse finden – soweit nicht anders vermerkt – in der Grund- und Hauptschule Unterlüß statt.

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Persönliche und telefonische Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr.
Die Kursgebühr ist unter Angabe der Kursnummer, des Kurstitels und des Semesters auf das o.g. Konto zu überweisen. Formulare hierfür erhalten Sie am ersten Kursabend.

Im Übrigen gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 5.

U 1

Conversation française

Fortsetzung des Kurses U 2 aus Semester I/2007; Neuaufnahmen sind möglich. Training von Vokabeln und Grammatik.

Lehrbuch: nach écoute (aktuelles Magazin in Französisch).

Mme. Binder
donnerstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
10 Abende, 47,00 ¤.

U 2

Digitalfotografie

Wie benutze ich meine Digitalkamera richtig?
Wochenendkurs

Kaufentscheidung für Digitalkameras und deren richtige Handhabung.
Nie zuvor wurden so viele Motive fotografiert wie seit der Verbreitung der Digitalfotografie. Nur: Sind die Aufnahmen immer gut? Was mache ich mit den vielen Daten? Wie bekomme ich die besten Bilder? Viele Fragen aber nur wenige schlüssige Antworten. An dieser Stelle schafft dieser Kurs Klarheit.

Inhalte:
- Technische Grundlagen und Fachbegriffe
- Von der Aufnahme zum Bild
- Ausführliche Erklärung einer Digitalkamera
- Aufnahmetechniken
- Datenverwaltung
- Bildbearbeitung und Formatierung

- Drucken
- Ausrüstung für den Amateur
- Praktische Übungen
- Markenneutrale Kaufberatung für eine Digitalkamera

Bernd Schmidt
Freitag, 5. Oktober, 18.00–21.00 Uhr,
Samstag, 6. Oktober, 13.00–18.00 Uhr,
Sonntag, 7. Oktober, 9.00–13.00 Uhr,
12 Zeitstunden, 40,00 ¤.

U 3

Was zischt denn da?

naturwissenschaftliches Experimentieren für Kinder von 5 bis 7 Jahren (Vorschulalter)

Kinder sind noch mit der Natur verbunden und deshalb von Natur aus Forscher. Bis sie ca. 12 Jahre alt sind, entdecken sie ihre Welt spielerisch durch direkten Umgang mit den Materialien aus ihrer Umgebung. Wir werden uns mit den Eigenschaften von Gasen, Flüssigkeiten und Feststoffen beschäftigen und Experimente zum Thema Farben durchführen. Dabei verwenden wir ungefährliche Chemikalien, die auch im Haushalt eingesetzt werden.
Dieser Kurs beinhaltet auch einen Einführungsabend für die Eltern, Großeltern oder andere Bezugspersonen der Kinder, die selber Interesse am Forschen haben und wissen wollen, welche Experimente die Kinder an den Nachmittagen kennen lernen werden.

Dr. Heike Jürgens, Dipl.-Chemikerin
Einführungsabend:
Montag, 17. September, 18.00–19.30 Uhr (kostenlos, um Anmeldung wird gebeten) für Mütter, Väter und andere Bezugspersonen
Forschernachmittage:
montags, 15.00–16.30 Uhr,
Beginn: 1. Oktober,
6 Nachmittage, (in den Herbstferien findet der Kurs nicht statt), 30,00 ¤ (Materialkosten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und betragen ca. 3,00 ¤ pro Nachmittag).

U 4

Was zischt denn da?

naturwissenschaftliches Experimentieren für Kinder von 8 bis 10 Jahren (Grundschulalter)

Kursinhalte siehe oben.

Dr. Heike Jürgens, Dipl.-Chemikerin
Einführungsabend:
Montag, 17. September, 18.00–19.30 Uhr (kostenlos, um Anmeldung wird gebeten) für Mütter, Väter und andere Bezugspersonen
Forschernachmittage:
montags, 17.00–18.30 Uhr,
Beginn: 1. Oktober,
6 Nachmittage, (in den Herbstferien findet der Kurs nicht statt), 30,00 ¤ (Materialkosten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und betragen ca. 3,00 ¤ pro Nachmittag).

U 5

Laubsägearbeiten für Kinder

Fledermaus und Co zu Halloween

Unter Aufsicht und mit meiner Hilfe dürfen Kinder mit einer Dekupiermaschine Holzfiguren aussägen, die anschließend weiter bearbeitet und bemalt werden.

Mitzubringen sind eine Schürze oder ein Kittel und ein Lappen für verschmutzte Finger.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Lydia Neumann
freitags, 15.00–16.30 Uhr,
Beginn: 12. Oktober,
2 Nachmittage, 10,00 ¤ (+ Materialkosten).

U 6

Seidenmalerei für Kids

Kinder bemalen Tücher und Krawatten wie sie die Großen noch nie hatten.

Mitzubringen sind Kittel / Schürze, Handtuch, Lappen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Lydia Neumann
mittwochs, 15.00–16.30 Uhr,
Beginn: 12. Dezember,
2 Nachmittage, 10,00 ¤ (+ Materialkosten).

U 7

Töpfern für Kinder

Kreatives Töpfern für die Weihnachtszeit.

Mitzubringen sind Schürze, Handtuch, Plastiktüte, Küchenfolie, Schere.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Helga Prahler
montags, 15.30–16.30 Uhr,
Beginn: 26. November,
3 Nachmittage, 10,00 ¤ (+ Materialkosten).

U 8

Töpfern für Erwachsene

Wir töpfern Figuren, Vasen, Kantenhocker und Gegenstände zur Weihnachtszeit und für den Garten.

Mitzubringen sind Schürze, Handtuch, Plastiktüte, Küchenfolie, Schere.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Helga Prahler
montags, 19.00–21.00 Uhr,
Beginn: 8. Oktober,
7 Abende, 46,00 ¤ (+ Materialkosten).

U 9

Weihnachtsgeschenke der besonderen Art

Arbeiten mit natürlichen Materialien aus der Natur

Der Mensch hat in unserer hektischen und schnelllebigen Zeit oftmals den Umgang zur Natur verloren. In diesem Kurs wollen wir uns deshalb mit natürlichen Materialien befassen, unsere Sinne anregen und die Seele baumeln lassen. Gleichzeitig stellen wir Weihnachtsgeschenke her, die Jung und Alt begeistern.
Formen Sie Knete auf Naturstoffbasis und verändern Sie nach Ihren persönlichen Wünschen Farbe, Konsistens und Geruch der Knete. Stellen Sie hautfreundliche Seifenstücke selber her, die sich in Farbe, Form und Duft unterscheiden.
Züchten Sie Kristalle und begeistern Sie sich an deren Farbe, Form und Glanz.

Bitte bringen Sie eine Schürze und Dosen mit.

Dr. Heike Jürgens, Dipl.-Chemikerin
freitags, 18.00–20.00 Uhr,
Beginn: 9. November,
3 Abende, 20,00 ¤ (Materialkosten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und betragen ca. 5,00 ¤ pro Abend).

U 10

Trinken Sie gerne Rotwein?

Kennen lernen wichtiger Naturstoffe in unserer Ernährung in Theorie und Praxis

Dieser Kurs wendet sich an Menschen, die jung alt werden möchten, ohne dass sie sich ständig Diäten oder anderen Zwängen unterwerfen müssen. Chemische Begriffe wie OPC, Enzyme, Coenzym Q10, Bioflavonoide, Antioxidantien werden ins “Hochdeutsche” übersetzt und Beispiele aus der täglichen Ernährung vorgestellt, in denen diese gesundheitsfördernden Naturstoffe enthalten sind.
An jedem der drei Abende wollen wir uns auch praktisch mit diesen Naturstoffen auseinandersetzen, indem wir naturwissenschaftliche Experimente in der Schulküche zusammen durchführen.

Bitte bringen Sie eine Schürze mit.

Dr. Heike Jürgens, Dipl.-Chemikerin
freitags, 18.00–20.00 Uhr,

Beginn: 21. September,
3 Abende, 18,00 ¤ (Materialkosten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet und betragen ca. 5,00 ¤ pro Abend).

U 11

Chinesische Akupressur

Viele Menschen leiden an Schmerzen und Störungen der Muskelspannungen.
Seit mehreren tausend Jahren ist die chinesische Akupressur eine erfolgreiche Heilmethode für Menschen und Tiere gegen Krankheiten und Schmerzen.
Sie bekämpft verschiedene Probleme mit entsprechenden Akupunkturpunkten: z.B. Kopfschmerzen, Migräne, Schlafstörungen, Magen- und Darmstörungen usw.
Akupressur benötigt keine Nadeln und ist einfach, sicher und völlig schmerzfrei in der Anwendung.
Lernen Sie für sich selbst und für Ihre Familie.

Bitte mitbringen: Kissen, Handtuch, Decke.

Kexun Busch, chinesische Heilpraktikerin
montags, 17.30–19.30 Uhr,
Beginn: 17. September,
5 Abende, 29,00 ¤ (+ Lernmittelkosten in Höhe von 3,00 ¤).

U 12

T'ai Chi Chuan
Wochenendseminar

Qi Gong und T'ai Chi Chuan, die sanften Bewegungskünste aus China, dienen der Pflege der Gesundheit, stärken die Selbstheilungskräfte und bringen Körper, Geist und Seele in Harmonie und Einklang. Wir wollen erfahren, was das Besondere dieser fließenden Bewegungsform ausmacht und einen kleinen Übungszyklus erlernen.

Bitte mitbringen: bequeme Bekleidung, Gymnastikschuhe, Matte oder Decke.

Elisabeth Scholze-Mader,
Bewegungs- und Entspannungstherapeutin
Samstag, 3. November, 11.00–17.30 Uhr,
Freizeitzentrum oder Gemeindehaus der Friedenskirche,
6 Zeitstunden, 20,00 ¤.

U 13

Hatha Yoga

Die Entspannungstechniken des Yoga helfen uns, Stress zu kontrollieren, sowohl körperlich als auch geistig-seelisch.
Wer die Kunst der Entspannung beherrscht, besitzt den Schlüssel zu ganzheitlicher Gesundheit.

Bitte mitbringen: bequeme Bekleidung, Socken, Matte oder Decke, ein kleines Kissen.

Elisabeth Scholze-Mader,
Bewegungs- und Entspannungstherapeutin
mittwochs, 17.45–19.15 Uhr,
Beginn: 19. September,
Freizeitzentrum,
6 Abende, 30,00 ¤.

U 14

Square Dance zum Kennenlernen

Square Dance – Was ist das?
Es tanzen immer 4 Paare miteinander. Es gibt nicht, wie beim Volkstanz, festgelegte Figurenfolgen, sondern ein "Caller" begleitet das gerade gespielte Lied.
Dieser Tanz ist nicht nur für Paare, sondern auch für Einzelpersonen geeignet.
Wir beginnen mit den ersten 25 Basisfiguren.

Gerhard Präßler
mittwochs, 20.00–21.30 Uhr,
Beginn: 19. September
Freizeitzentrum,
8 Abende, 40,00 ¤.

U 15

Aqua-Jogging
für Frauen und Männer

Laufspaß im Tiefwasser für Teilnehmer jeden Alters. Mit Bewegungsabläufen bei verminderter Belastung der Gelenke und Muskeln erreichen wir u.a. einen erhöhten Kalorienverbrauch, außerdem wird die Kondition gesteigert und der gesamte Stützapparat gestärkt.

Die Eintrittskarten können aufgrund der Umstellung des Bades zum Schul- und Vereinsbad nicht mehr über den Kassenautomaten gelöst werden, sondern müssen bei der Dozentin erworben werden.

Helga Prahler
dienstags, 10.00–10.45 Uhr,
Beginn: 18. September,
Allwetterbad,
12 Vormittage, auch während der Ferien,
26,00 ¤ (+ Eintritt und Geräteleihgebühr).

U 16

Aqua-Jogging
für Frauen und Männer

Kursinhalte siehe oben.

Die Eintrittskarten können aufgrund der Umstellung des Bades zum Schul- und Vereinsbad nicht mehr über den Kassenautomaten gelöst werden, sondern müssen bei der Dozentin erworben werden.

Helga Prahler
dienstags, 19.00–19.45 Uhr,
Beginn: 18. September,
Allwetterbad,
12 Vormittage, auch während der Ferien,
26,00 ¤ (+ Eintritt und Geräteleihgebühr).

U 17

Wirbelsäulentreff
am Vormittag

Bekannte Bewegungsabläufe lassen sich in der Gruppe und mit der Unterstützung von Musik leichter erarbeiten. Isometrische Kräftigung mit Einbeziehung der Atmung lässt es dem Körper gut gehen.

Bitte Sportkleidung, Turnschuhe, eine Matte und einen Pezziball mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Maren Frind, Sport- und Gymnastiklehrerin
mittwochs, 9.00–10.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Freizeitzentrum,
12 Vormittage (auch in Absprache während der Ferien), 35,00 ¤.

U 18

Wirbelsäulenentspannung
für behinderte Menschen

In entspannter Umgebung üben wir das Wahrnehmen großer Muskelgruppen, diese zu entspannen und durch spielerische Art den Muskelapparat zu kräftigen.

Bitte Matte und kleines Kissen mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Maren Frind, Sport- und Gymnastiklehrerin
freitags, 17.00–18.00 Uhr,
Beginn: 21. September,
Turnhalle der Albert-Schweitzer-Familienwerke,
Sägenförth 30, in Hermannsburg,
10 Nachmittage, 32,00 ¤.

U 19

Spezialitäten aus China

Peking-Ente und Din Sun (Fingerfood selber zubereiten)

Bitte mitbringen: Geschirrhandtücher, Dosen, Messer.

Kexun Busch
mittwochs, 18.00–21.00 Uhr,
Beginn: 7. November,
3 Abende, 26,00 ¤ (+ Lebensmittelkosten = 19,00 ¤ für die beiden ersten Abende; Pekingente nach Saisonpreis).

U 20

Leckereien und Konfekt
für Kinder ab 6 Jahre

Kleine "Konditoren" machen süße Sachen selber.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Topflappen, kleine Dose für Naschzeug.

Lydia Neumann
freitags, 15.00–17.00 Uhr,
Beginn: 9. November,
2 Nachmittage, 13,00 ¤ (+ ca. 5,00 ¤ Lebensmittelkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden).

U 21

Kochen was Kindern schmeckt
für Kinder ab 7 Jahre

Wir bereiten am ersten Nachmittag ein Partybuffet vor. Am zweiten Nachmittag gehen wir "in den Backofen"!

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Topflappen, kleine Dose.

Lydia Neumann
freitags, 15.00–17.00 Uhr,
Beginn: 21. September,
2 Nachmittage, 13,00 ¤ (+ ca. 5,00 ¤ Lebensmittelkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden).

Volkshochschule Samtgemeinde Wathlingen

Außenstelle der VHS Celle

Geschäftsstelle:
Bremer Weg 142, 29223 Celle

Telefon: (0 51 41) 5 21 82

Konto:
Sparkasse Celle (BLZ 257 500 01)
Kontonummer 057 721 755

Leitung:
Karlheinz Rehling

Anmeldung:
30. August bis 14. September,
Rathaus Wathlingen,
Telefon: (0 51 44) 4 91-13.
Nach dem 14. September ausschließlich unter Telefon: (0 51 41) 5 21 82.

Für Kurse mit begrenzter Teilnehmerzahl ist eine vorherige Anmeldung erforderlich. Für alle anderen Kurse erfolgt die Anmeldung durch Überweisung der Kursgebühr auf das o.g. Konto; bitte geben Sie dabei unbedingt Namen, Anschrift, Telefon und Kursnummer an. Die Plätze werden in der Reihenfolge der Anmeldungen vergeben. Jede Form der Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Kursgebühr. Anmeldebestätigungen werden nicht verschickt.

Im Rathaus Wathlingen ist nur die Anmeldung möglich; Auskünfte zum Programm sind ausschließlich zu erhalten unter Telefon (0 51 41) 5 21 82.

Bei einigen besonders gekennzeichneten Kursen ist die Anmeldung direkt bei den Dozenten möglich.

Im Übrigen gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 6.

Warten Sie nicht auf Anmeldebestätigungen! Sie werden nur informiert, wenn ein Kurs nicht stattfindet!

Wa 1

Studienreise nach Lissabon und Madeira

9-tägige Flugreise im Frühjahr 2008

Die portugiesische Hauptstadt an der Mündung des Tejo mit ihrem Umland und die stets frühlingshafte Blumeninsel im Atlantik sind Ziele dieser Studienreise. Auf besonders ansprechende Weise können bei dieser Reise Kultur und Geschichte mit Naturerlebnis verbunden werden.

Reiseleitung: Karlheinz Rehling

Ein genaues Programm erscheint im Laufe des Semesters und wird Interessenten, die sich bitte in der Geschäftsstelle der VHS Samtgemeinde Wathlingen vormerken lassen, gleich nach Erscheinen zugesandt.

Wa 2

Informationsabend zur Studienreise nach Lissabon und Madeira

Allen Interessenten an dieser Reise werden die Ziele und bedeutendsten Programmpunkte in einem farbenprächtigen Diavortrag vorgestellt.
Außerdem werden auch Fragen zum Reiseablauf (Organisation, Klima u.a.) beantwortet, so dass eine konkrete Reiseentscheidung nach intensiver Beratung gefällt werden kann.

Karlheinz Rehling
Montag, 12. November, 20.10–21.40 Uhr,
Saal der VHS Celle, Trift 20.
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Wa 3

Patientenverfügung

General- und Vorsorgevollmacht

Eine Vorsorge für den Eintritt der Betreuungsbedürftigkeit ist ein Thema für Jung und Alt. Vieles kann zu einer Betreuungsbedürftigkeit führen: ein Unfall, eine Erkrankung, das Alter. Wie kann für einen solchen Fall vorgesorgt werden, damit eine nahe stehende Person die Betreuung übernimmt und nicht ein vom Gericht bestellter fremder Betreuer?
Was soll bei einer unheilbaren Erkrankung, die zum Sterben führt, geschehen, wenn man sich nicht mehr äußern kann oder seine Urteils- und Entscheidungsfähigkeit verloren hat? Die Patientenverfügung ist eine entsprechende Anweisung an die behandelnden Ärzte.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Torsten Harms, Rechtsanwalt
Mittwoch, 7. November, 19.00–21.15 Uhr,
Grundschule Nienhagen,
1 Abend, 7,00 ¤.

Wa 4

Hausaufgaben und Lernen ohne Stress

Der Schulalltag konfrontiert bereits Kinder im Grundschulalter mit Leistungsdruck, Anforderungen und Maßstäben.
Besonders in der Hausaufgabensituation entlädt sich dieser Druck oftmals in heftigen Emotionen, die von Versagensängsten bis hin zu hilflosen Wutausbrüchen reichen können.
Es werden 8 Gehirnintegrationsübungen und deren Wirkungsweise vorgestellt. Diese lösen Blockaden, bringen Emotionen ins Gleichgewicht und helfen, das Gesamtpotential des Gehirns wieder nutzbar zu machen.
Die Übungen werden so vermittelt, dass sie kindgerecht weitergegeben werden können. Es soll wieder mehr Spaß am Lernen fühlbar und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten gestärkt werden. Eltern erhalten ein “Handwerkszeug”, mit dem sie aus der eigenen Hilflosigkeit und Ungeduld herausfinden.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Marion Hoffmann, Dipl.-Sozialpädagogin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Kinesiologin
Dienstag, 11. Dezember, 19.00–21.30 Uhr,
Arbeitsräume der Dozentin,
Schafstallweg 26, Nienhagen,
1 Abend, 7,00 ¤.

Wa 5

Aufstellungen von Familien- und Zahnthemen

Eine Familie ist ein System oder ein Energiefeld, in dem bestimmte Ordnungen herrschen. Wenn an irgendeiner Stelle ein Ungleichgewicht entsteht, erfolgt eine Reaktion an einer anderen Stelle, die in der unbewussten Absicht, das innere Gleichgewicht wieder herzustellen, ihre Wirkung zeigt.
Kinder stellen sich in den Dienst dieses Gleichgewichts und übernehmen dadurch Gefühle und Verhaltensweisen früherer Familienmitglieder.
Über das klassische Familienstellen hinaus hat sich die Methode u.a. auch bei der Aufstellung von Symptomen und Zahnproblemen bewährt.
Zähne sind eine wichtige energetische Schaltstelle für das gesamte menschliche System.
Der Mundraum kann als Abbild unserer Individualität und die Zähne als symbolische Vertreter aller Aspekte des menschlichen Seins gesehen werden.
In Anlehnung an die Aufstellungsarbeit können Zahnaufstellungen tief verwurzelten essentiellen Lebensthemen auf die Spur kommen und Lösungsimpulse freisetzen.
Vorgestellt werden sollen die psychotherapeutische Arbeit Bert Hellingers und die Unterschiede zu anderen therapeutischen Ansätzen. Es werden Hellingers Gedanken zu bestimmten Themen wie Familie, Ehe, Krankheit oder Tod zusammengefasst, um sie Interessierten näher zu bringen. Wer sich auf die Gedanken Hellingers einlassen möchte, kann wertvolle Einflüsse für die eigene Lebensgestaltung mitnehmen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Marion Hoffmann, Dipl.-Sozialpädagogin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Kinesiologin
Mittwoch, 28. November, 19.00–21.15 Uhr,
Arbeitsräume der Dozentin,
Schafstallweg 26, Nienhagen,
1 Abend, 7,00 ¤.

Wa 6

Homöopathische Notfallapotheke

An drei Abenden erläutert der Referent die Erste Hilfe in akuten Notfällen, besonders bei Kindern, mit dem Einsatz der homöopathischen Notfallapotheke. Speziell angesprochen werden: Fieber, Husten (Pseudokrupp), Kinderkrankheiten, Hals-, Nasen-, Ohrenerkrankungen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Michael Meyer, Heilpraktiker
freitags, 19.00–21.00 Uhr,
Beginn: 21. September,
Herbert-Fritsche-Schule,
Herzogin-Agnes-Platz 8, Nienhagen,
3 Abende, 18,00 ¤.

Wa 7

Eigenverantwortlicher Umgang mit Krankheit und Impfung

Wochenendseminar

In diesem Kurzseminar werden folgende Themen angesprochen:
Alternative Behandlungsweisen, Homöopathie, Argumente pro und contra Impfungen. Der Referent geht auch auf

allgemein interessierende Fragen der Teilnehmer ein.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Michael Meyer, Heilpraktiker
Samstag, 6. Oktober, 9.00–16.00 Uhr (mit Pausen),
Herbert-Fritsche-Schule,
Herzogin-Agnes-Platz 8, Nienhagen,
6 Zeitstunden, 18,00 ¤.

Wa 8

Englisch III am Vormittag

Lehrbuch: New Headway English Course, Elementary German Edition, Cornelsen & Oxford (Best.-Nr. 3-464-11802-9), ab Unit 6/7

Renate Hempel, Lehrerin
dienstags, 8.30–10.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Sportheim Nienhagen, Jahnring,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

Wa 9

Englisch für Fortgeschrittene
am Vormittag

In diesem Kurs sollen hauptsächlich Kurzgeschichten und Lektüren bearbeitet werden.

Renate Hempel, Lehrerin
dienstags, 10.10–11.40 Uhr,
Beginn: 18. September,
Sportheim Nienhagen, Jahnring,
14 Vormittage, 61,00 ¤.

Wa 10

Porzellanmalerei

Ohne Vorkenntnisse können Sie verschiedene Techniken der Porzellanmalerei erlernen: Maniermalerei, Diffusionstechnik, Tiermalerei.

Anmeldung bei der Dozentin, Telefon (0 50 85) 75 70.

Brigitte Schwettmann
dienstags, 19.30–21.45 Uhr,
Beginn: 18. September,
Atelier der Dozentin,
Grüner Weg 21, Adelheidsdorf,
10 Abende, 70,00 ¤

Wa 11

Zeichnen für jedermann

Dieser Kurs bietet eine Anleitung zum Umgang mit der Linie, zum Herausarbeiten des Besonderen des Zeichenobjekts (z.B Porträt). Wer sich bislang nicht getraut hat, sollte in diesem Kurs einen (neuen) Anlauf zu kreativer Tätigkeit nehmen.

Bitte mitbringen: Bleistifte HB und weicher Radiergummi

Begrenzte Teilnehmerzahl

Norbert Hentschel
donnerstags,19.00–21.00 Uhr,
Beginn: 27. September,
Grundschule Nienhagen,
6 Abende, 40,00 ¤.

Wa 12

Farbe und Klang
Wochenendseminar

“Das urtümliche Wesen der Farbe ist ein traumhaftes Klingen, ist Musik gewordenes Licht.” (Johannes Itten)
Entspannt und inspiriert durch Klangmassagen und Klangmeditation manifestieren wir im Bild, was die Schwingung in uns auslöst. Eine Einladung zu neuer Erfahrung an alle Aufgeschlossenen.

Bitte bequeme Kleidung, Matte, bevorzugte Malmaterialien, weißen und farbigen Karton, Getränke und Gebäck, eventuell vorhandene Klangschalen mitbringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Elisabeth Scholze-Mader, Bewegungslehrerin, Kunsttherapeutin
Samstag, 6. Oktober, 10.00–17.30 Uhr (mit Pausen),
Janusz-Korczak-Schule Wathlingen,
6 Zeitstunden, 20,00 ¤.

Wa 13

Qi Gong am Vormittag

Chang Shou Gong, die “Übungen für ein langes Leben” stammen der Überlieferung nach aus der buddhistischen Qigong-Schule. Sie dienen dazu, die Funktionen der inneren Organe zu regulieren, die körperliche Vitalität zu verbessern und das psychische Gleichgewicht zu stabilisieren.
Diese schöne Übungsreihe ist auch für ältere Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen hervorragend geeignet. Außerdem lernen wir in diesem Kurs ausgewählte, besonders sanfte Übungen kennen, die auch im Sitzen praktiziert werden können.

Bitte bequeme Kleidung tragen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Elisabeth Scholze-Mader, Bewegungslehrerin Qi Gong
donnerstags, 10.00–11.00 Uhr,
Beginn: 27. September,
Hagen-Saal, Nienhagen,
6 Vormittage, 20,00 ¤.

Wa 14

Autogenes Training für Anfänger

Endlich einmal zur Ruhe kommen und neue Kraft schöpfen – viele Menschen, die unter den steigenden Belastungen und der Reizüberflutung der heutigen Zeit leiden, haben dieses Bedürfnis.
Das Autogene Training nach Dr. Schultz kann Ihnen helfen, sich diesen Wunsch zu erfüllen. Mit etwas Übung können auch die so genannten psychosomatischen Beschwerden, Verspannungen, Schlafstörungen und Schmerzen von Ihnen selbst positiv beeinflusst werden.
Schritt für Schritt lernen Sie in diesem Kurs die Grundübungen des Autogenen Trainings kennen und erfahren auch, wie Sie es sinnvoll im Alltag einsetzen können.
Kurze Vorträge über körperliche Bedingungen und Prozesse tragen zum Verständnis der Wirkung des Autogenen Trainings bei.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, warme Socken, Wolldecke und eine Unterlage (Iso-Matte).

Begrenzte Teilnehmerzahl

Hannelore Wallmann, Heilpraktikerin
donnerstags, 19.30–21.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Grundschule Nienhagen,
8 Abende, 40,00 ¤.

Wa 15

Yoga am Vormittag

Ärger, Sorgen oder Stress belasten auf Dauer den Körper und gehen an keinem spurlos vorüber. Werden die Warnzeichen des Körpers nicht erkannt, führt dies häufig zu einem Ungleichgewicht. Durch gezielte Yogaübungen können wir lernen, die Signale unseres Körpers zu verstehen. Yoga als psychosomatisches Gesundheitstraining trägt somit entscheidend zu mehr Lebensqualität bei.

Mitzubringen sind: rutschfeste Unterlage, Decke und bequeme Kleidung.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Susanne Matthews, Yogalehrerin und Atemtherapeutin
dienstags, 9.00–10.30 Uhr,
Beginn: 18. September,
Arbeitsräume der Dozentin,
Ringstr. 4, Nienhagen,
15 Vormittage, 70,00 ¤.

Wa 16

Hatha-Yoga für Eingeübte

Mitzubringen sind: rutschfeste Unterlage, Wolldecke und Socken, kleines Kissen, bequeme Kleidung.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Brigitte Ruthe-Mucha
mittwochs, 20.00–21.30 Uhr,
Beginn: 19. September,
Janusz-Korczak-Schule,
Wathlingen, Schulstraße,
10 Abende, 50,00 ¤.

Wa 17

Wirbelsäulengymnastik

Durch einseitige Belastungen treten frühzeitig Verspannungen im Nacken, Kopfschmerzen und Rückenbeschwerden auf. Durch Gymnastik wollen wir die Rückenmuskulatur kräftigen und stabilisieren, die Beweglichkeit der Gelenke fördern und rückengerechte Bewegungen erlernen.

Mitzubringen sind: Sportkleidung, Matte oder Wolldecke als Unterlage, kleines Kissen, Handtuch und Isomatte.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Christa Brand, Übungsleiterin
donnerstags, 16.30–17.30 Uhr,
Beginn: 20. September,
Turnhalle der Grundschule Nienhagen,
15 Abende, 44,00 ¤.

Wa 18

Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Mitzubringen sind: Sportkleidung, Matte oder Wolldecke als Unterlage, kleines Kissen, Handtuch und Isomatte.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Christa Brand, Übungsleiterin
donnerstags, 17.30–18.30 Uhr,
Beginn: 20. September,
Turnhalle der Grundschule Nienhagen,
15 Abende, 44,00 ¤.

Wa 19

Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Christa Brand, Übungsleiterin
donnerstags, 19.00–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Gemeindesaal der evangelischen Kirche in Wathlingen,
15 Abende, 47,00 ¤.

Wa 20

Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Christa Brand, Übungsleiterin
donnerstags, 20.00–21.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Gemeindesaal der evangelischen Kirche in Wathlingen,
15 Abende, 47,00 ¤.

Wa 21

Wassergymnastik

Wassergymnastik ist ein idealer Fitness-Spaß für jedes Alter. Muskelverspannungen verschwinden und der sonst so beanspruchte Stützapparat wird durch das reduzierte Körpergewicht entlastet.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Sabine Kreuschner
mittwochs, 13.15–14.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Europabad Nienhagen, Jahnring,
11 Vormittage, 53,00 ¤
(einschließlich Schwimmbadnutzung).

Wa 22

Wassergymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Birgit Lueg, Sportlehrerin
donnerstags, 11.30–12.15 Uhr,
Beginn: 20. September,
Europabad Nienhagen, Jahnring,
11 Vormittage, 53,00 ¤
(einschließlich Schwimmbadnutzung).

Wa 23

Wassergymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Birgit Lueg, Sportlehrerin
donnerstags, 12.30–13.15 Uhr,
Beginn: 20. September,
Europabad Nienhagen, Jahnring,
11 Vormittage, 53,00 ¤
(einschließlich Schwimmbadnutzung).

Wa 24

Wassergymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Birgit Lueg, Sportlehrerin
donnerstags, 13.15–14.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Europabad Nienhagen, Jahnring,
11 Vormittage, 53,00 ¤
(einschließlich Schwimmbadnutzung).

Wa 25

Fit durch Fasten

Fasten ist eines der ältesten und gleichzeitig modernsten Naturheilverfahren.
Fasten beugt Zivilisationskrankheiten vor. Fasten setzt Grenzen in Bewegung. Fasten ist eine Möglichkeit der Gesundheitspflege und Prävention, es aktiviert die Selbstheilungskräfte und steigert das Wohlbefinden.
Das Buchinger Fasten ist ein modifiziertes Fasten mit Gemüsebrühen, Obstsäften, reichlich Wasserzufuhr und verschiedenen Kräuter- oder Früchtetees.
Gespräche, Übungen, Bewegung an frischer Luft, Wechsel von Anspannung und Entspannung – all das gehört zur Fastenwoche.
Die Gruppe trifft sich täglich, auch am Wochenende.

Voraussetzung für die Teilnahme an den Fastentagen ist eine Unbedenklichkeitsbescheinigung des Hausarztes.

Mitzubringen sind: Wolldecke oder Matte, kleines Kissen, etwas zum Trinken (Tee oder Wasser).

Anmeldungen bei der Dozentin,
Telefon (0 51 44) 45 70, Fax (0 51 44) 33 56,
Mail: u.sievert@t-online.de

Ursel Sievert, Fastenleiterin UGB und ganzheitliche Gesundheitsberaterin UGB
Vorbesprechung:
Dienstag, 16. Oktober, 19.30 Uhr,
Janusz-Korczak-Schule, Wathlingen.
Fastentage:
Donnerstag, 18. Oktober
bis Donnerstag, 25. Oktober,
jeweils 19.00–21.00 Uhr.
Am Wochenende trifft sich die Gruppe am Sonnabend um 15.00 Uhr und am Sonntag um 11.00 Uhr.
Janusz-Korczak-Schule, Wathlingen,
18 Zeitstunden, 56,00 ¤.

Wa 26

Kulinarisches aus “Bella Italia”

An diesem Abend werden neue Rezepte aus der italienischen Küche ausprobiert.

Mitzubringen sind: scharfes Messer, Plastikgefäß und Geschirrtuch.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Domenica Montemurro
Freitag, 31. August, 18.00–22.00 Uhr,
Schulzentrum Wathlingen,
1 Abend, 12,00 ¤ + 10,00 ¤ Lebensmittelkosten = 22,00 ¤.

Wa 27

Italienische Küche

"Nicht, dass meine Frau schlecht kocht, aber es kommen fortwährend irgendwelche Pygmäen in meine Küche und tauchen ihre Pfeile in die Suppe!"
Kommt Ihnen bekannt vor, was Woody Allen beschreibt? Geben Sie Ihrer Küche eine neue Geschmacksdimension. An fünf Abenden zaubern wir mit besten Zutaten herrliche italienische Menüs. Nudeln, Fisch und Fleisch wechseln sich ab. Mit selbst gebackenem Brot und leckeren Nachspeisen sowie Wein und Grappa werden die Menüs in gemütlicher Runde probiert.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Michela Hamilton-Esposito
freitags, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 5. Oktober,
Schulzentrum Wathlingen,
5 Abende, 44,00 ¤ (+ 10,00 ¤ Lebensmittelkosten pro Abend, die mit der Dozentin abzurechnen sind).

Wa 28

Lust auf italienisches Essen?

An drei Abenden im 14-tägigen Abstand kochen wir gemeinsam nach ausgewählten Originalrezepten aus Italien einfache, aber effektvolle Menüs, die auch problemlos nachzukochen sind: von Vorspeisen, Suppen, Nudel- und Reisgerichten über Fisch, Salate, Backwaren bis hin zu einem guten Dessert.

Mitzubringen sind: scharfes Messer, Plastikgefäß und Geschirrtuch.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Domenica Montemurro
freitags, 18.00–22.00 Uhr,
Beginn: 9. November
(weitere Termine: 23.11. und 7.12.),
Schulzentrum Wathlingen,
3 Abende, 35,00 ¤ + 20,00 ¤ Lebensmittelkosten für die ersten zwei Abende = 55,00 ¤. Die Lebensmittelkosten für den dritten Abend werden mit der Dozentin abgerechnet.

Wa 29

Thailändische Küche

Nirgendwo in Asien wird leichter, delikater, bekömmlicher und zugleich so würzig und intensiv gekocht wie in Thailand. Viel Gemüse und Kräuter geben Duft und Farbe, wenig Fett und tierische Lebensmittel machen das Essen so bekömmlich und – ob feurig scharf oder samtig mild – bei der Fülle von Rezepten kommt jeder Genießer auf den Geschmack und ganz bestimmt auf neue Ideen.

Bitte mitbringen: ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Transportgefäße.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Panprapai Vieth
montags, 18.30–21.30 Uhr,
Beginn: 17. September,
Schulzentrum Wathlingen,
4 Abende, 55,00 ¤ (inkl. 20,00 ¤ Lebensmittelkosten für die ersten zwei Abende). Die Lebensmittelkosten für die beiden weiteren Abende werden mit der Dozentin abgerechnet.

Volkshochschule Wietze

Außenstelle der VHS Celle

Geschäftsstelle:
Winsener Str. 49, 29323 Wietze

Telefon: (0 51 46) 12 53

Konto:
Volksbank Südheide (BLZ 257 916 35)
Kontonummer: 3 016 528 800

Leitung:
Dagmar Böhme

Anmeldung:
ab 31. August, dienstags bis freitags, jeweils 16.00–18.00 Uhr

Unterrichtsort:
Die Kurse finden – soweit nicht anders vermerkt – in der Grund-, Haupt- und Realschule Wietze statt.

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Persönliche und telefonische Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr.

Im Übrigen gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm, Seite 5.

Warten Sie nicht auf eine Benachrichtigung, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben. Nur wenn ein Kurs abgesagt werden muss, erhalten Sie eine Nachricht.

Wi 1

Kinder töpfern für Weihnachten

für Kinder ab 6 Jahre

Wir gestalten und modellieren spielerisch nach eigenen Ideen und Anregungen Figuren und kleine Gegenstände mit dem natürlichen Werkstoff Ton.
Auch ältere Kinder können gern teilnehmen. Auf ihre Fähigkeiten wird die Dozentin einzeln eingehen.

Bitte Schürze oder altes Hemd mitbringen.

Anne Bulgrin
dienstags, 16.30–18.00 Uhr,
Beginn: 20. November,
4 Nachmittage, 20,00 ¤ + 6,00 ¤ Materialkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden.

Wi 2

Die Welt der Steine und Fossilien

für Kinder und Jugendliche

Fingerfertigkeit und Fantasie sind angesagt: Es geht um Natursteine und Fossilien, mit denen eingehend gearbeitet wird.
Nach einer anschaulichen Übersicht über Natursteine und Fossilien geht es an die Arbeit.
Zu den Steinen, die sich mit einfachen Werkzeugen wie Schleifpapier oder Feile bearbeiten lassen, zählen Speckstein und Bernstein. Aus Rohlingen werden Anhänger am Lederband gefertigt. Unter Einfluss grenzenloser Fantasie entstehen Figuren aus verschiedensten Steinen, die mit der Heißklebepistole zusammengefügt werden. Schließlich werden noch im Gestein eingeschlossene versteinerte Seeigel befreit und präpariert.

Rainer Fabisch, Geologe
dienstags, 17.15–19.30 Uhr,
Beginn: 6. November,
2 Nachmittage, 15,00 ¤ + 15,00 ¤ Materialkosten für Speckstein, Bernstein-Rohling, Lederbänder, Klebe-Steine, Seeigel und Hilfsmaterial, die mit dem Dozenten abgerechnet werden.

Wi 3

Dekorative Advents- und Weihnachtsfloristik

Wochenendkurs

Den Jahreszeiten entsprechende Dekorationen für das eigene Zuhause selbst herzustellen, macht Spaß und spart Geld. In diesem Kurs wird gezeigt, wie Sie z.B. Türkränze dekorieren oder Tisch- und Fensterdekorationen rund um die Advents- und Weihnachtszeit selbst gestalten können.

Bitte Garten- und (falls vorhanden) Drahtschere, evtl. auch Heißklebepistole und Koniferengrün mitbringen. Alle Dekomaterialien sind auch über die Dozentin zu beziehen.

Sabine Reuper, Floristin
Samstag, 24. November, 10.00–17.00 Uhr
mit einer Stunde Mittagspause,
6 Zeitstunden, 20,00 ¤ + Materialkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden.

Wi 4

Hatha-Yoga

Die Entspannungstechniken des Yoga helfen uns auf körperlicher wie auf geistig-seelischer Basis Stress zu kontrollieren. Wer die Kunst der Entspannung beherrscht, besitzt den Schlüssel zu ganzheitlicher Gesundheit.

Bitte bequeme Kleidung, Socken, Matte oder Decke und ein kleines Kissen mitbringen.

Elisabeth Scholze-Mader,
Bewegungs- und Entspannungspädagogin
montags, 18.15–19.45 Uhr,
Beginn: 24. September,
6 Abende, 30,00 ¤.

Wi 5

Pilates

das neue Fitnessprogramm

Das Pilatestraining hat sechs Grundprinzipien: Konzentration, Zentrierung, Kontrolle, Atmung, Bewegungsfluss und Präzision. Es gibt elf Basisübungen für eine gute Haltung, einen flachen Bauch, straffe Muskeln und mehr Energie. Alle Übungen werden langsam aufgebaut und intensiviert. Dabei werden aber auch spezielle Teilnehmerwünsche berücksichtigt. Noch mehr Informationen auf Anfrage unter Tel.-Nr.: (0 51 46) 98 58 43.

Bitte bequeme Kleidung und Iso-Matte mitbringen.

Adelheid Plum, Diplom-Sozialpädagogin und Fachübungsleiterin für Gesundheitssport
dienstags, 20.00–21.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Sporthalle der GHRS,
15 Abende, 44,00 ¤.

Wi 6

Bodyforming

Kraftgymnastik für Damen zur Straffung der Muskulatur im Bereich Bauch, Po, Beine, Rücken; Gelenke schonend und rückengerecht mit Stretching und Entspannung. Zur Verstärkung der Übungen werden auch Hanteln und Therabänder eingesetzt.

Bitte Iso-Matte und Sportzeug mitbringen.

Adelheid Plum, Diplom-Sozialpädagogin und Fachübungsleiterin für Gesundheitssport
dienstags, 19.00–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Sporthalle der GHRS,
15 Abende, 44,00 ¤.

Wi 7

Power-Gymnastik mit Musik

für mehr Fitness und Kondition

Haben Sie immer mal wieder darüber nachgedacht, mehr für Ihr körperliches Wohlbefinden zu tun? Möchten Sie sich gern körperlich fit fühlen und mehr Kraft für den Alltag haben? Durch intensive Ausführung der Übungen für eine bessere Kondition und für größeres Haltungsbewusstsein sowie durch gezielte Kräftigungs- und Dehnungsübungen können Sie Ihr Wohlbefinden erhöhen und die Gesundheit verbessern.

Bitte Sportbekleidung und Gymnastikmatte mitbringen.

Monika Lichtenberg-Wegener,
Sport- und Gymnastiklehrerin
donnerstags, 19.00–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Dorfhaus Wieckenberg,
15 Abende, 44,00 ¤.

Wi 8

Wirbelsäulengymnastik

am Vormittag

Gezielte Gymnastik fördert das Wohlbefinden für den gesamten Körper. Bei regelmäßiger Ausführung der Wirbelsäulengymnastik kann eine gleichmäßige Belastung der Wirbelsäule und der Gelenke erreicht werden.

Bitte Wolldecke und Sportbekleidung mitbringen.

Rita Fischer, Sport- und Gymnastiklehrerin
montags, 8.45–9.45 Uhr,
Beginn: 17. September,
Evangelisches Gemeindehaus, Kirchstraße,
15 Vormittage, 44,00 ¤ + 11,00 ¤ Raummiete = 55,00 ¤.

Wi 9

Wirbelsäulengymnastik

am Vormittag

Kursinhalte siehe oben.

Bitte Wolldecke und Sportbekleidung mitbringen.

Rita Fischer, Sport- und Gymnastiklehrerin
montags, 9.55–10.55 Uhr,
Beginn: 17. September,
Evangelisches Gemeindehaus, Kirchstraße,
15 Vormittage, 44,00 ¤+ 11,00 ¤ Raummiete = 55,00 ¤.

Wi 10

Wirbelsäulengymnastik

am Vormittag

Kursinhalte siehe oben.

Bitte Wolldecke und Sportbekleidung mitbringen.

Rita Fischer, Sport- und Gymnastiklehrerin
montags, 11.00–12.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Evangelisches Gemeindehaus, Kirchstraße,
15 Vormittage, 44,00 ¤ + 11,00 ¤ Raummiete = 55,00 ¤.

Wi 11

Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Bitte Wolldecke und Sportbekleidung mitbringen.

Rita Fischer, Sport- und Gymnastiklehrerin,
montags, 19.00–20.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Dorfhaus Wieckenberg,
15 Abende, 44,00 ¤.

Wi 12

Schongymnastik

Durch diese Gymnastik sollen die Beweglichkeit der Gelenke und der Wirbelsäule gefördert und die Muskulatur gestärkt werden.

Bitte Wolldecke und Sportbekleidung mitbringen.

Rita Fischer, Sport- und Gymnastiklehrerin
montags, 17.45–18.45 Uhr,
Beginn: 17. September,
Dorfhaus Wieckenberg,
15 Abende, 44,00 ¤.

Wi 13

Walking und Nordic Walking

in der Umgebung von Wieckenberg

Walking ist ein sanfter, Gelenke schonender und leicht erlernbarer Ausdauersport, auch geeignet für alle, die seit längerer Zeit nicht mehr sportlich aktiv waren, für Übergewichtige und für (rüstige) Senioren. Walking an frischer Luft verbessert das körperliche und seelische Wohlbefinden, fördert Fitness und Gesundheit. Durch die Erhöhung der Knochenstabilität kann selbst Osteoporose wirksam vorgebeugt werden. Unterstützt wird das spezielle Ausdauer- und Muskeltraining durch gezielte Dehnübungen. Der Einsatz von Stöcken intensiviert das Walking und steigert die Durchblutung. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer, die mit oder ohne Stöcke trainieren möchten.

Bitte wetterangepasste Sportbekleidung, Walkingstöcke und Laufschuhe mitbringen.

Hendrik Schucht, Fachübungsleiter
mittwochs, 16.00–17.00 Uhr,
Beginn: 5. September,
Treffpunkt: Parkplatz Hallenbad,
10 Nachmittage, 29,00 ¤.

Wi 14

Aqua-Fitness

Eine Gelenke schonende, gesundheitsorientierte Bewegung im Wasser, bei jeder Kondition und in jedem Alter möglich. Ihre Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft verbessern sich und das Gefühl der Schwerelosigkeit unterstützt Ihre Entspannung.
Bestandteil des Kurses ist auch ein Aqua-Jogging, welches sich besonders günstig auf den Aufbau von Muskulatur und die Straffung des Bindegewebes auswirkt.

Anke Marquordt,
Fachübungsleiterin für Rehasport
montags, 19.30–20.15 Uhr,
Beginn: 17. September,
Hallenbad Wietze,
12 Abende, 44,00 ¤ + (ggf. 4,00 ¤ Leihgebühr für den “Aqua-Jogger”). Teilnehmer ohne gültige Dauerkarte benötigen eine 12er-Badekarte. Der Preis beträgt 25,00 ¤ und kann mit der Teilnehmergebühr entrichtet werden.

Wi 15

Aqua-Fitness

Kursinhalte siehe oben.

Anke Marquordt,
Fachübungsleiterin für Rehasport
montags, 20.15–21.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Hallenbad Wietze,
12 Abende, 44,00 ¤ + (ggf. 4,00 ¤ Leihgebühr für den “Aqua-Jogger”). Teilnehmer ohne gültige Dauerkarte benötigen eine 12er-Badekarte. Der Preis beträgt 25,00 ¤ und kann mit der Teilnehmergebühr entrichtet werden.

Wi 16

Orientalischer Tanz und Körpererfahrung

für Mädchen ab 8 Jahre (jüngere Kinder nach Absprache)

Der orientalische oder Bauchtanz ist für Mädchen eine wunderbare Möglichkeit, sich mit Spaß und nach poppiger Musik sportlich zu betätigen und so dem Bewegungsmangel entgegenzuwirken. Er fördert und verbessert nicht nur die Beweglichkeit und Koordination, sondern stärkt auch die Muskulatur und trägt zu einer besseren Haltung bei.
Durch spielerische Übungen werden Grundbewegungen, Schritte und einfache Tanztechnik erlernt. Auf Wunsch können auch Drehungen und Figuren mit dem Schleier geübt werden.
Für fortgeschrittene Mädchen wird wieder eine kleine Choreografie erarbeitet.

Bitte bequeme, eng anliegende Kleidung, Hüfttuch, Gymnastikschuhe und Durstlöscher mitbringen.

Karin Maier
dienstags, 17.00–18.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Pausenhalle der GHRS Wietze,
10 Abende, 33,00 ¤.

Wi 17

Orientalischer Tanz und Gesundheit

Grundausbildung

Orientalischer Tanz, einer der ältesten und weiblichsten Tänze für Frauen aller Altersgruppen, macht nicht nur Spaß, sondern trainiert auch auf sanfte Weise den ganzen Körper. Die unterschiedlichen Bewegungen stellen einen hervorragenden Ausgleich zu den meist einseitig belastenden Tätigkeiten des Alltags dar.

Weitere Vorteile sind:
- Verbesserung der Beweglichkeit und Haltung
- Lösen von Muskelverspannungen
- Stärkung der Beckenbodenmuskulatur
- Stärkung der Bauch- und Rückenmuskulatur
- Koordinations- und Gedächtnisschulung

Einfache Grundbewegungen, Schritte und Drehungen werden zu poppiger und orientalischer Musik ausgeführt.

Bitte bequeme, eng anliegende Kleidung, Hüfttuch, Gymnastikschuhe, Igelball und Durstlöscher mitbringen.

Karin Maier
dienstags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Pausenhalle der GHRS Wietze,
10 Abende, 50,00 ¤.

Wi 18

Weihnachtsbäckerei

für Kinder ab 6 Jahre
Wochenendkurs

Kinder backen und verzieren unter fachgerechter Anleitung süße weihnachtliche Leckereien zum Selbstessen oder Verschenken.

Bitte Schürze, Topflappen und ein Gefäß für Kostproben mitbringen.

Sabine Reuper, pädagogische Mitarbeiterin
Samstag, 15. Dezember, 10.00–13.00 Uhr,
Schulküche der GHRS Wietze,
3 Zeitstunden, 10,00 ¤ + Lebensmittelkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden.

Wi 19

Lust auf italienisches Essen?

An drei Abenden kochen wir gemeinsam nach ausgewählten Originalrezepten aus Italien einfache, aber effektvolle Menüs, die auch problemlos nachzukochen sind: von Vorspeisen, Suppen, Nudel- und Reisgerichten über Fisch, Salate, Backwaren bis hin zu einem guten Dessert.
Wir werden uns Zeit für die Zubereitung und den eigentlichen Genuss nehmen.

Bitte scharfes Messer, Plastikgefäß und Geschirrtuch mitbringen.

Domenica Montemurro
freitags, 5. Oktober, 16. und 30. November, 18.00–22.00 Uhr,
Schulküche der GHRS Wietze,
3 Abende, 35,00 ¤ + 33,00 ¤ Lebensmittelkosten, die mit der Dozentin am ersten Abend abgerechnet werden.

Volkshochschule Winsen (Aller)

Außenstelle der VHS Celle

Geschäftsstelle:
Schulgarten 6, 29308 Winsen (Aller)

Telefon: (0 51 43) 84 48
Fax: (0 51 43) 67 32

Konto:
Volksbank Südheide (BLZ 257 916 35)
Kontonummer 170 451 2600

Leitung:
Hannelore Kleinschmidt

Anmeldung:
Freitag, 31. August,
Montag, 3. bis Freitag, 7. September,
Montag, 10. bis Freitag, 14. September,
jeweils von 10.00–12.00 und von 16.00–18.30 Uhr.

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Persönliche und telefonische Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr.

Im Übrigen gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 5.

Warten Sie nicht auf eine Benachrichtigung, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben. Nur wenn ein Kurs abgesagt werden muss, erhalten Sie eine Nachricht!

W 0.1

Studienreise: Der Jakobsweg und die kantabrische Küste

20. bis 28. Oktober (Herbstferien)

Hannover – Bilbao – Pamplona – Rioja – Nájera – Santo Domingo de la Calzada – Burgos – Fromista – León – Cabreiro – Portomarin – Monte de Gozo – Santiago de Compostela – La Coruna – Oviedo – Santillana del Mar – Bilbao.

Reiseleitung: Joachim Herrfurth
Leistungen: Transfer Winsen/ Celle nach Hannover und zurück, Linienflüge mit LUFTHANSA über Frankfurt nach Bilbao und zurück, sämtliche Flughafensteuern und Sicherheitsgebühren, Übernachtungen in guten Mittelklassehotels mit Halbpension, Einzelzimmerzuschlag 280,00 ¤, Busrundreise lt. Programm, sämtliche Eintritte, Trinkgelder, deutschsprachige Reiseleitung, Vorbereitungsabend, Insolvenzabsicherung, Reiserücktrittskostenversicherung und Reiseschutzbrief.
Reisepreis: 1.800,00 ¤

Ein ausführliches Programm ist in der Geschäftsstelle erhältlich.

W 0.2

Äthiopien – Land der Könige und Legenden

28. Dezember 2007 bis 11. Januar 2008

Addis Abeba – Debre Markos – Bahar Dar – Tana-See – Wasserfälle des Blauen Nil – Gondar – Simion-Gebirge (“Dach von Afrika”) – Axum (Land der Königin von Saba) – Makale – Felsenkirchen von Lalibela (”Achtes Weltwunder”) – Addis Abeba.

Reiseleitung: Hannelore Kleinschmidt
Leistungen: Rail & Fly zum Flughafen Frankfurt, Linienflüge mit Ethopian Airways nach Addis Abeba und zurück, 11 Übernachtungen in 2 – 3*-Hotels mit Vollpension während der Rundreise, 1 Übernachtung in Addis Abeba im 4*-Hotel mit Frühstück, Einzelzimmerzuschlag 230,00 €, Rundreise in landesüblichen Reisebussen mit Klimaanlage, qualifizierte deutschsprachige Reiseleitung, sämtliche Eintritte, Visum (z.Zt. 40,00 €), Trinkgelder, Vorbereitungsabend, Reisegepäck-, Reiseunfall-, Reisehaftpflicht-, Reiserücktrittskosten-, Reisekranken- und Reisenotruf-Versicherung.
Reisepreis: 2500,00 €

Ein ausführliches Programm ist in unserer Außenstelle Winsen, Frau Kleinschmidt, Tel. (0 51 43) 84 48, erhältlich. Die Außenstelle nimmt ebenfalls die Anmeldungen für diese Reise an.

W 0.3

Oberitalien – reich an Kunst und Geschichte

21. September bis 1. Oktober

Winsen/Celle – Verona – Venedig – Cervia – Ferrara – Ravenna – Bologna – Salsomaggiore Terme – Parma und Verdi-Gebiet – Cremona – Piacenza – Mailand – Winsen/Celle

Reiseleitung: Joachim Herrfurth
Leistungen: Fahrt mit einem modernen Reisebus incl. Straßen- und Parkgebühren, 8 Übernachtungen in guten Mittelklassehotels mit Halbpension in Innsbruck, Cervia, Salsomaggiore Terme und am Bodensee, 2 Übernachtungen in Venedig mit Frühstücksbuffet, Einzelzimmerzuschlag 260 €, qualifizierte deutschsprachige Reiseleitung, sämtliche Eintritte, Trinkgelder, Vorbereitungsabend, Reisegepäck-, Reiseunfall-, Reisehaftpflicht-, Reiserücktrittskosten-, Reisekranken- und Reisenotruf-Versicherung.
Reisepreis: 1750,00 €

Ein ausführliches Programm ist in unserer Außenstelle Winsen, Frau Kleinschmidt, Tel. (0 51 43) 84 48, erhältlich. Die Außenstelle nimmt ebenfalls die Anmeldungen für diese Reise an.

W 0.4

Paula Modersohn-Becker und die Kunst in Paris um 1900

Ausstellung in der Kunsthalle Bremen.

Anlässlich des 100. Todestages von Paula Modersohn-Becker begegnen sich Portraits aus zwei Jahrtausenden: ägyptische Mumienportraits aus dem ersten bis vierten Jahrhundert nach Christus und Paula Modersohn-Beckers – vorwiegend in Paris entstandene – Portraitmalerei ihrer letzten Jahre.
Die faszinierende Gegenüberstellung zeichnet die Magie nach, die Paula Modersohn-Becker bei ihrer Begegnung mit den antiken Malereien verspürte, als sie im Louvre und durch Reproduktionen auf diese frühesten bürgerlichen Portraits der Kunstgeschichte stieß.
“Die große Einfachheit der Form ist etwas wunderbares”, schrieb sie 1903 in ihr Tagebuch.
Der Zusammenhang zwischen Paula Modersohn-Beckers Neuformulierung der Portraitmalerei und den ägyptischen Mumienportraits ist bisher oft beschrieben worden. In der Bremer Ausstellung wird die Begegnung dieser Werke anhand von kostbaren Leihgaben aus zahlreichen Sammlungen von Weltrang erstmals erlebbar.
Im Anschluss an den Ausstellungsbesuch besteht die Gelegenheit zum Besuch des Bremer Weihnachtsmarktes.
Eine Einführung erfolgt im Bus.

Joachim Herrfurth, Realschullehrer
Sonntag, 2. Dezember
Abfahrt: 7.30 Uhr Winsen; 7.35 Uhr Hambühren; 7.45 Uhr Celle, Cellesche Zeitung, 7.55 Uhr Celle, Parkpalette am Hallenbad.
Teilnehmergebühr (für Fahrt, Führung und Eintritt und Trinkgelder): 40,00 ¤.

Ein ausführliches Programm mit den Abfahrtszeiten und -orten ist in der Geschäftsstelle erhältlich. Mit der Anmeldung ist die Gebühr zu entrichten!

W 0.5

Segeln auf Schlei und Ostsee

Auch wenn Sie keinen Segelschein erwerben wollen oder erst einmal feststellen möchten, ob Segeln überhaupt etwas für Sie ist, können Sie unter Aufsicht eines Segellehrers auf einer hervorragend ausgestatteten Hochseeyacht segeln.
Für die Segelyacht MANANA sind der amtliche Fahrerlaubnisschein und das Sicherheitszeugnis der See-Berufsgenossenschaft erteilt.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Rolf Bröker,
DSV-Segellehrer und Sporthochseeschiffer
Samstag, 22. und Sonntag, 23. September
Abfahrt: 6.00 Uhr, Hauptschule.

Die An- und Abreise kann individuell oder in Fahrgemeinschaften erfolgen. Der Vorbereitungsabend erfolgt nach Rücksprache mit den Teilnehmern im Navshop, Winsen, Waldweg 5.

Teilnehmergebühr: 150,00 ¤ + 12,00 ¤ für Verpflegung (Frühstück und Mittagssnacks) = 162,00 ¤. Für diese Veranstaltung ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten!

W 1

Pilzkundliche Wanderung

Bei einer gemeinsamen Wanderung lernen die Teilnehmer, den Pilz am Fundort zu bestimmen.
Zu Beginn findet eine einstündige Einführung in der Hauptschule statt.

Simson Lehmann, Realschullehrer
Sonntag, 7. Oktober, 9.00–12.00 Uhr,
Treffpunkt Hauptschule,
3 Zeitstunden, 9,00 ¤. Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten!

W 2

Gehirn-Jogging

Alle Muskeln unseres Körpers sollten in Bewegung bleiben und dazu brauchen wir das Gehirn.
Das Gehirn steuert alle Körperfunktionen und Verhaltensweisen, unsere Hoffnungen, Gedanken und auch unsere Persönlichkeit.
Lernen Sie also dieses Wunder: GEHIRN – bewusst erkennen und aktivieren.
Mit vielfältigen Konzentrations- und Merkübungen können Sie Ihr Gedächtnis auf unterhaltsame Weise in Schwung bringen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Inge Dahms, gepr. Präventologin
mittwochs, 19.00–20.30 Uhr,
Beginn: 7. November,
Hauptschule, 4 Abende, 20,00 ¤.

W 3

Rhetorik

Rhetorik ist die Harmonie zwischen sachlichem Inhalt und sprachlicher Form.
Es gibt immer Situationen, in denen man seine Interessen wirkungsvoll vertreten muss. Wer etwas mitteilen und durchsetzen möchte, muss Sprache zielgerichtet verwenden können.
An diesem Wochenende beschäftigen wir uns mit:
- der Wirkung auf mich und andere
- Körpersprache, Mimik, Gestik
- dem freien Reden vor der Gruppe
- Übungen zum verständlichen Sprechen.

Für die Mittagspause bitte Verpflegung mitbringen.

Annegret Main, M. A.
Samstag, 10. November, 10.00–18.00 Uhr,
Sonntag, 11. November, 11.00–17.00 Uhr
(mit Pausen),
Hauptschule, 12 Zeitstunden, 40,00 ¤.
Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten!

W 4

Englisch V

Lehrbuch: The New Cambridge English Course, Klett-Verlag, Vol. II ab Unit 1.

Zusätzlich leichte Texte zu aktuellen Themen und Wiederholung der Grundgrammatik.

Uta Heine, Dolmetscherin
donnerstags, 19.45–21.15 Uhr,
Beginn: 20. September,
Hauptschule, 12 Abende, 53,00 ¤.

W 5

Getting along in English

English in every day situations, including vocabulary work and grammar.

Maren Pritchard, Auslandskorrespondentin
montags, 18.30–20.00 Uhr,
Beginn: 24. September,
Hauptschule, 9 Abende, 42,00 ¤.

W 6

Spanisch IV

Lehrbuch: Caminos 1 und Arbeitsbuch, ab Unidad 13.

Lilia Avila Zesatti de Sievers
mittwochs, 19.00–20.30 Uhr,
Beginn: 19. September,
Hauptschule, 10 Abende, 47,00 ¤.

W 7

Tastschreiben am PC

Der Kurs vermittelt den Teilnehmern Sicherheit im Umgang mit Tastaturen eines Personalcomputers.
Erlernen des 10-Finger-Tastschreibens im Buchstabenfeld, Erarbeitung der wichtigsten Sonderzeichen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Kirsten Pröve-May, Sekretärin
donnerstags, 18.00–20.00 Uhr,
Beginn: 18. Oktober,
Außenstelle des Hermann-Billung-Gymnasiums, Meißendorfer Kirchweg,
7 Abende, 44,00 ¤ + geringes Entgelt für Unterrichtsmaterial.

W 8

PC-Einstieg mit Windows für Senioren

Dieser Kurs bietet eine praxisbezogene Einführung in die Grundlagen der Computertechnik. Die Teilnehmer lernen die Bestandteile eines Computers kennen und werden in die Bedienung des Betriebssystems Windows eingeführt. Darüber hinaus erhalten Sie einen ersten Einblick in die Textverarbeitung mit dem Programm Word 2000.

Kursinhalte:
- Bestandteile eines Computers
- Windows, Fenstertechnik, Mausfunktion
- Arbeiten mit Ordnern und Dateien
- Arbeiten mit dem Explorer
- Bearbeiten von Datenträgern
- Eingabe und Bearbeitung eines Textes mit Word 2000

Begrenzte Teilnehmerzahl

Ingo Horn
montags, 17.00–19.15 Uhr,
Beginn: 1. Oktober,
Außenstelle des Hermann-Billung-Gymnasiums, Meißendorfer Kirchweg,
8 Abende, 63,00 ¤. Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten!

W 9

Textverarbeitung für Senioren

Am Beispiel des Programms MS-Word, einem der bekanntesten Programme, sollen die wesentlichen Funktionen einer Textverarbeitung von der Texterfassung bis zur Textgestaltung erprobt werden.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Kirsten Pröve-May, Sekretärin
Dienstag, 9. Oktober, 18.00–20.30 Uhr,
Mittwoch, 10. Oktober, 18.00–20.30 Uhr,
Donnerstag, 11. Oktober, 18.00–20.30 Uhr,
Außenstelle des Hermann-Billung-Gymnasiums, Meißendorfer Kirchweg,
7,5 Zeitstunden, 26,00 ¤. Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten!

W 10

Tabellenkalkulation

Grundlagen MS-Excel 2000
Wochenendkurs

In Microsoft Excel 2000 findet der Anwender ein Instrument, mit dem sich beliebige Berechnungen durchführen lassen; es kann z.B. dazu genutzt werden, Planungen und Entscheidungsfindungen zu unterstützen. Ebenso leicht können nichts sagende Zahlenkolonnen in aussagekräftige Grafiken verwandelt werden, um Statistiken entsprechend zu veranschaulichen.

Kursinhalte:
- prinzipielle Funktionsweise
- Tabellen erstellen, gestalten und ausdrucken
- Formeln und Bezüge
- Diagrammerstellung
- Funktionen

Begrenzte Teilnehmerzahl

Dr. Detlef Häusler
Freitag, 23. November, 17.30–20.30 Uhr,
Samstag, 24. November,
9.00–12.30 und 13.30–16.30 Uhr,
Sonntag, 25. November, 9.00–12.30 Uhr,
Außenstelle des Hermann-Billung-Gymnasiums, Meißendorfer Kirchweg,
13 Zeitstunden, 46,00 ¤. Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten!

W 11

Ein Wochenende im Internet

Themenschwerpunkte:
- Starten des Programms/ Zugang zum Netz
- Aufbau von Internetadressen
- Seite aufrufen und blättern/ Fenstertechnik
- Suchmaschinen/ Verknüpfen von Suchkriterien
- Interessante und hilfreiche Webseiten
- Dateien, Bilder und Texte speichern und verarbeiten
- Anlegen von Ordnern
- Text aus dem Internet kopieren und weiter verarbeiten mit Word 2000.
- Bilder kopieren und in den Text einfügen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Martina Boden, Journalistin
Freitag, 9. November, 17.30–20.30 Uhr,
Samstag, 10. November,
9.30–12.30 und 13.30–16.30 Uhr,
Außenstelle des Hermann-Billung-Gymnasiums, Meißendorfer Kirchweg,
9 Zeitstunden, 32,00 ¤. Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten!

W 12

Acrylmalerei

Wochenendkurs für Fortgeschrittene

Bitte mitbringen: vorhandene Malutensilien, eigene Malgründe und Abdeckplane.

Renate Lübcke
Samstag, 24. November,
9.30–13.00 und 15.00–18.00 Uhr,
Sonntag, 25. November, 9.30–15.00 Uhr,
Realschule, Meißendorfer Kirchweg,
12 Zeitstunden, 40,00 ¤. Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten!

W 13

Landschaftsmalerei in Acryl

Acrylfarben sind schnell trocknende Deckfarben von großer Leuchtkraft. Sie lassen sich aber auch sehr zart wie Aquarellfarben nutzen.
Die Vielfältigkeit dieses Materials soll im Kurs ausprobiert werden und in Landschaftsbildern – vorwiegend aus der eigenen Umgebung, z.B. Allerniederung – künstlerische Verwendung finden.

Bitte mitbringen:
eigene Motive als Malvorlagen
Acrylfarben (zitronengelb, Magenta oder karminrot, ultramarinblau, titanweiß, Indigo statt schwarz)
einen flachen, dünnen, etwa 3 bis 4 cm breiten Acrylpinsel und weitere Borstenpinsel
Malgründe (Pappen, Leinwände 30 x 40 bis 50 x 60 cm)
zwei Wasserbehälter
Abdeckfolie und viel Zeitungspapier
Malkittel

Friederike Fink, Kunsttherapeutin
donnerstags, 19.00–21.15 Uhr,
Beginn: 20. September,
Hauptschule, 8 Abende, 56,00 ¤.

W 14

Patchwork – Stoffe gefaltet

Wochenendkurs

Origami ist für viele eine faszinierende Technik. In Anlehnung daran, werden in diesem Kurs verschiedene Techniken gezeigt, wie Stoffe zu kleinen Sternen, Blüten usw. gefaltet werden.
Diese können in einen Quilt eingearbeitet oder zu anderen Kleinigkeiten verarbeitet werden.

Material:
Baumwollstoffe, Nähzeug, Bügeleisen und Bügelunterlage, kleine Perlen, Schneideutensilien, Nähmaschine.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Für Rückfragen steht die Dozentin unter Tel. (0 51 32) 5 61 37 zur Verfügung.

Annette Tatchen
Freitag, 12. Oktober, 17.00–22.00 Uhr,
Samstag, 13. Oktober,
9.30–13.00 und 13.30–17.00 Uhr,
Hauptschule, 12 Zeitstunden, 40,00 ¤. Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten!

W 15

Patchwork

Sterne – Sterne – Sterne
Wochenendkurs

In diesem Workshop lernen Sie ca. 12 verschiedene Sterne in unterschiedlichen Techniken kennen.
Sterne gibt es in vielen Variationen. Sie können alle Sterne nähen oder sich für einen entscheiden – es entsteht dann ein reizvolles Flächenmuster. Die einzelnen Blöcke können zu einem Sampler, einem Tischläufer, einer Decke, Kissen usw. verarbeitet werden.

Material: Nähmaschine, Nähutensilien, Stoffe für Sterne, genügend Hintergrundstoff, Schneideutensilien.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Für Rückfragen steht die Dozentin unter Tel. (0 51 32) 5 61 37 zur Verfügung.

Annette Tatchen
Freitag, 9. November, 17.00–21.00 Uhr,
Samstag, 10. November,
9.30–13.00 und 13.30–17.00 Uhr,
Hauptschule, 11 Zeitstunden, 37,00 ¤. Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten!

W 16

Socken stricken

leicht gemacht!

Bitte mitbringen: 5 Stricknadeln Stärke 2,5 und 100 g Strumpfwolle.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Thea Forkmann
donnerstags, 19.00–20.30 Uhr,
Beginn: 8. November,
Hauptschule, 3 Abende, 15,00 ¤.

W 17

Qi Gong II

für Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Diese Jahrtausend alte Selbstübungsmethode mit Heilwirkung weckt durch sanfte Bewegungen die Lebensenergie „Qi“ und bringt sie zum Fließen.
Durch die Vorstellungskraft, den bewussten Atem und die Körperhaltung lernen wir, die Lebensenergie im Körper anzureichern und sich ausbreiten zu lassen.
Ziele dieser Übungen von Dr. Zhang Guangde können u.a. sein: die innere Ruhe zu finden, sich wohl zu fühlen und das körperliche und seelische Abwehrsystem zu stärken.

Bitte mitbringen: Decke, Gymnastikschuhe und bequeme Kleidung.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Ingrid Otto, Seminarleiterin für Qi Gong
montags, 19.00–20.15 Uhr,
Beginn: 17. September,
Grundschule am Amtshof (Pausenhalle),
12 Abende, 50,00 ¤.

W 18

Qi Gong III

für Fortgeschrittene

Kursinhalte siehe oben.

Bitte mitbringen: Decke, Gymnastikschuhe und bequeme Kleidung.

Ingrid Otto, Seminarleiterin für Qi Gong
montags, 17.15–18.45 Uhr,
Beginn: 17. September,
Grundschule am Amtshof (Pausenhalle),
12 Abende, 56,00 ¤.

W 19

T'ai Chi Chuan

T'ai Chi Chuan ist eine chinesische Bewegungskunst, die vorrangig der Gesunderhaltung dient. Die Bewegungen sind langsam, geschmeidig und fließend. Millionen von Menschen in Asien erhalten sich auf diese Weise lange Jahre ihre Bewegungsfähigkeit und Gesundheit. Das regelmäßige Üben fördert neben Vitalität und Konzentration auch Entspannung und innere Ruhe. T'ai Chi Chuan wird oft als "Meditation in Bewegung" bezeichnet.
Die Teilnehmer erlernen eine komplette Beginner-Form (festgelegter Bewegungsablauf), um den Atem zu stärken, den Körper zu kräftigen und sich selbst bewusst zu entspannen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder rutschfeste Socken.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Karsten Fiedler, T'ai Chi Chuan–Lehrer
mittwochs, 20.05–21.35 Uhr,
Beginn: 19. September,
Hauptschule (Gymnastikraum),
10 Abende, 50,00 ¤.

W 20

Hatha-Yoga

Körperübungen – Atemübungen – Entspannung

Durch einfache Yoga- und Atemübungen wollen wir den Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung, Aktivität und Ruhe, Beweglichkeit und Innehalten üben.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Gymnastikmatte, Wollsocken und ein kleines Kissen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Susanne Matthews, Yoga- und Atemlehrerin
mittwochs, 19.30–21.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Grundschule am Gildesweg (Gymnastikraum),
11 Abende, 51,00 ¤.

W 21

Nordic Walking am Vormittag

Erlernen Sie die Gelenk schonende und fitmachende Sportart Nordic Walking.
Unsere nordischen Aktivitäten finden nur in Feld, Wald und Heide statt.
Sicher haben Sie schon oft mit Stöcken gehende Walker beobachtet und sich gefragt, ob und was es denn bringt, sich so zu bewegen.
Nach diesem intensiven Kurs wissen Sie dann, wie es richtig "geht", richtig für Sie.

Bitte mitbringen: Sportschuhe und dem Wetter angemessene Kleidung (der Kurs findet wetterunabhängig statt). Stöcke können gegen eine Gebühr von 3,00 ¤ geliehen werden.

Horst Bernhardt, Kursleiter für Nordic Walking und Sportübungsleiter für Sport und Entspannung in der Prävention
dienstags und donnerstags, 9.30–11.00 Uhr,
Beginn: 18. September,
Treffpunkt: Parkplatz Schneller Ritt (Kindergarten Hinteres Sandfeld),
5 Vormittage, 22,00 ¤. Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten.

W 22

Präventive Funktionsgymnastik

Eine gezielt ganzheitliche gesundheitsbezogene Körpergymnastik ist die beste Vorbeugung: Erwärmung, Lockerungs- und Entspannungsübungen, Kräftigung und Mobilisierung.
Für gesunde und kranke Gelenke wird ein spezielles Muskelaufbautraining angeboten.

Bitte mitbringen: warme Sportkleidung, Sportschuhe, Gymnastikmatte und ein kleines Kissen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Gudrun von der Heyde
montags, 16.15–17.15 Uhr,
Beginn: 17. September,
Grundschule am Gildesweg (Gymnastikraum),
12 Nachmittage, 35,00 ¤.

W 23

Wirbelsäulengymnastik

mit und ohne Pezziball

Tipps, Anregungen und Bewegungsübungen zur Vermeidung von Wirbelsäulenproblemen im Alltag. Durch gezielte Kräftigungsübungen der Bauch-, Rücken- und Beinmuskulatur soll Rückenbeschwerden vorgebeugt bzw. deren Ausmaß gemindert werden.

Bitte mitbringen: warme Sportkleidung, Sportschuhe, eine Isomatte/Decke und ein kleines Kissen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Uta Lehmann, Krankengymnastin
mittwochs, 19.00–20.00 Uhr,
Beginn: 19. September,
Hauptschule (Gymnastikraum),
10 Abende, 29,00 ¤.

W 24

Wirbelsäulengymnastik

mit und ohne Pezziball

Kursinhalte siehe oben.

Bitte mitbringen: warme Sportkleidung, Sportschuhe, eine Isomatte/Decke und ein kleines Kissen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Carmen Nitsche, Krankengymnastin
donnerstags, 19.30–20.30 Uhr,
Beginn: 27. September,
Hauptschule (Gymnastikraum),
10 Abende, 29,00 ¤.

W 25

Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalte siehe oben.

Bitte mitbringen: warme Sportkleidung, Sportschuhe, eine Isomatte/Decke und ein kleines Kissen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Gudrun von der Heyde
1. Gruppe: 18.00–19.00 Uhr,
2. Gruppe: 19.30–20.30 Uhr,
Beginn: Donnerstag, 20. September,
Grundschule am Gildesweg (Gymnastikraum),
12 Abende, 35,00 ¤.

W 26

Aqua-Fitness

mit und ohne Aqua-Nudel

Begrenzte Teilnehmerzahl

Heike Marquardt, C-Trainerin für Schwimmen
donnerstags, 19.15–20.00 Uhr,
Beginn: 20. September,
Treffpunkt: Hallenbad, Beckenrand,
10 Abende, 22,00 ¤ (+ Eintritt). Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten!

W 27

Aquajogging

Laufspaß im Tiefwasser für Teilnehmer jeden Alters! Mit Bewegungsabläufen bei verminderter Belastung der Gelenke und Muskeln wird die Kondition gesteigert und der gesamte Stützapparat gestärkt.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Margret Peters, Sportlehrerin
1. Gruppe 18.55–19.40 Uhr,
2. Gruppe 19.45–20.30 Uhr,
Beginn: Mittwoch, 19. September,
Treffpunkt: Hallenbad, Beckenrand,
10 Abende, 26,00 ¤ inklusive Leihgebühr für den Gürtel (+ Eintritt). Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten!

W 28

Aquajogging

Kursinhalte siehe oben.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Heike Marquardt, C-Trainerin für Schwimmen
1. Gruppe 18.45–19.30 Uhr,
2. Gruppe 19.35–20.20 Uhr,
Beginn: Freitag, 28. September,
Treffpunkt: Hallenbad, Beckenrand,
10 Abende, 26,00 ¤ inklusive Leihgebühr für den Gürtel (+ Eintritt). Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten!

W 29

Pilates

Mit diesem ganzheitlichen Körpertraining werden die Muskeln sanft gestärkt und geformt. Die Haltung wird verbessert und die Flexibilität sowie die Balance erhöht.
Konzentrierte Atmung, fließende Bewegungen und genaue Ausführungen der Übungen helfen zu einem verbesserten Körpergefühl.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Wollsocken.

Christine Dieterich, Übungsleiterin
montags, 16.00–17.00 Uhr,
Beginn: 1. Oktober,
Hauptschule (Gymnastikraum),
8 Nachmittage, 23,00 ¤.

W 30

Pilates für jüngere Leute

Kursinhalte siehe oben.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Wollsocken.

Christine Dieterich, Übungsleiterin
montags, 17.10–18.10 Uhr,
Beginn: 1. Oktober
Hauptschule (Gymnastikraum),
8 Nachmittage, 23,00 ¤.

W 31

Bodyforming

Bodyforming bietet eine intensive Problemzonengymnastik, wirksame Übungen für die Tiefenmuskulatur und die Gewebestraffung.

Bitte mitbringen: Sportzeug, Sportschuhe und eine Gymnastikmatte.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Sabine Köhler, Sportlehrerin
mittwochs, 17.50–18.50 Uhr,
Beginn: 12. September,
Hauptschule (Gymnastikraum),
10 Abende, 29,00 ¤.

W 32

Aeronetics

Aerobic + Callanetics – eine Fitnessmischung, die Herz und Kreislauf stärkt, die allgemeine Ausdauer erhöht und ein intensives Bauch- und Rückenmuskeltraining ermöglicht.

Bitte mitbringen: Sportzeug, Sportschuhe und Gymnastikmatte.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Sabine Köhler, Sportlehrerin
montags, 18.20–19.20 Uhr,
Beginn: 10. September,
Hauptschule (Gymnastikraum),
11 Abende, 32,00 ¤.

W 33

Orientalischer Tanz für Anfänger
Wochenendkurs

Der orientalische (Bauch-)Tanz ist eine ganz spezielle Ausdruckskunst des weiblichen Körpers. Diese wird in Grundkenntnissen erlernt und zugleich wird den Teilnehmerinnen die orientalische Musik näher gebracht.

Bitte mitbringen: Gymnastikbekleidung, ein Tuch für die Hüften, Igelball und eine Gymnastikmatte.

Ariane Wolf-Hartig
Samstag, 13. Oktober, 14.00–17.00 Uhr,
Sonntag, 14. Oktober, 10.00–13.00 Uhr,
Hauptschule (Gymnastikraum),
6 Zeitstunden, 20,00 ¤.

W 34

Orientalischer Tanz II
Grundkenntnisse werden vorausgesetzt

Orientalischer Tanz, einer der ältesten und weiblichsten Tänze für Frauen aller Altersgruppen, macht nicht nur Spaß, sondern trainiert auch auf sanfte Weise den ganzen Körper.
Die unterschiedlichen Bewegungen stellen einen hervorragenden Ausgleich zu den meist einseitig belastenden Tätigkeiten des Alltags dar.
Schwerpunktmäßig werden wir uns in diesem Semester mit weichen, ausdrucksvollen Bewegungen, Schrittkombinationen und Shimmyarten beschäftigen.
Interessierte ohne Vorkenntnisse haben die Möglichkeit, am ersten Abend unverbindlich mitzumachen. Ein Einstieg ist nach Rücksprache mit der Dozentin möglich.

Bitte mitbringen: Gymnastikbekleidung, ein Tuch für die Hüften, Igelball und eine Gymnastikmatte.

Karin Maier
montags, 19.30–21.00 Uhr,
Beginn: 17. September,
Hauptschule (Gymnastikraum),
12 Abende, 56,00 ¤.

W 35

Orientalischer Tanz
Mittelstufe

Neuigkeiten aus Kairo!
Das gehört einfach zum Repertoire: eine pfiffige und kesse Pop-Choreographie nach einem der aktuellen Hits aus der Kairoer Tanzszene. Ob im Orient oder Okzident: entscheidend ist der gemeinsame Spaß beim Tanzen nach einer mitreißenden Symbiose aus traditionellem und modernem Tanz, einer Choreographie à la Ariane.

Voraussetzung: Basistechniken des orientalischen Tanzes.

Bitte mitbringen: Gymnastikbekleidung, Hüfttuch, Schleier und eine Gymnastikmatte.

Ariane Wolf-Hartig
dienstags, 18.45–20.15 Uhr,
Beginn: 18. September,
Hauptschule (Gymnastikraum),
12 Abende, 56,00 ¤.

W 36

Orientalischer Tanz
für Fortgeschrittene

Tribal goes on.
Die Basic sind perfekt. Nun geht's weiter mit Tribal-Fusion und Tribal-In-Contact. Es kommen zu den Basisbewegungen wunderschöne Bewegungskombinationen und der Einsatz von Zimbeln dazu.
Der mystisch anmutende Tribal-Style lässt sich nicht als Choreographie tanzen, sondern wird immer aus der Gruppe heraus improvisiert.

Bitte mitbringen: Gymnastikbekleidung, Hüfttuch, und eine Gymnastikmatte.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Ariane Wolf-Hartig
dienstags, 20.20–21.50 Uhr,
Beginn: 18. September,
Hauptschule (Gymnastikraum),
12 Abende, 56,00 ¤.

W 37

Quiche & Co, vegetarisch

Heiß und unwiderstehlich duftend kommen Quiche, Pizza und Gratins aus dem Ofen.
Mit neuen Rezeptideen aus frischem Gemüse werden wir köstliche Gerichte zusammenstellen, die auch das Auge erfreuen. Neben Quiche werden ansprechende Gemüsevariationen, Pizza, Gemüsegratin und Pfannengerichte hergestellt.
Alles wird aus vollwertigen Zutaten unter Verwendung von Käse und Eiern zubereitet.

Bitte mitbringen: Handmixer, Geschirrhandtuch, scharfes Messer und Plastikdosen.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Karin Weßler, Gesundheitsberaterin GGB
Dienstag, 16. Oktober, 18.30–21.30 Uhr,
Hauptschule (Küche),
1 Abend, 9,00 ¤ (+ Lebensmittelkosten, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden). Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten!

Stichwortverzeichnis

A

Accessoires 21
Aerobic 68
Aeronetics
  Winsen 108
Ahnenforschung 13
Ajour 94
Akupressur 64, 98
Altersvorsorge 13
Älter werden 20
Amateurfunk 11
American Line Dance 70
Antioxidantien 63
Aqua-Fitness
  Wietze 103
  Winsen 107
Aqua-Jogging
  Hermannsburg 91
  Unterlüß 98
Aufstellungsarbeit 17
Ausbilder, Ausbildung der 47
Autogenes Training 66
  für Jugendliche 22
  Hermannsburg 90
  Wathlingen 100
Ayurveda 64

B

Bach-Blüten-Therapie 63
Backen 72
  für Kinder - Lachendorf 96
  Historisches Brot u.
  Weihnachtsgebäck 84
Badminton 86
Ballett 9
Basteln
  Advents- und Weihnachtsfloristik
  - Wietze 102
  Eisbär Knut 32
  Faszination Papier 32
  Flechten aus Weide - Hermannsburg 90
  für Kinder 24
  Lichterkettenstrauß - Bergen 74
  Weihnachtliche Dekorationen 31
  Weihnachtsdekorationen - Flotwedel 81
  Weihnachtsgeschenke - Unterlüß 97
  Weihnachtskarten - Flotwedel 83
Baubiologie 61
Bauch- und
Beckenbodenmuskulatur 68
  Bergen 75, 76
  Flotwedel 82
  Lachendorf 95
Benehmen 19
Berufliche Bildung 44
Betreuungs- und Patientenverfügung 13
  Bergen 73
  Hermannsburg 87
Betreuungsrecht - Hambühren 85
Bewerbungsschreiben 22
Bildgestaltung am PC 28
Bildhauern 83
Bildungsurlaub 48
Bildverarbeitung, digital 28
Binnenschifffahrtsfunkzeugnis 11
Body-Fitness 69
Bodyforming
  Wietze 103
  Winsen 108
Bodyshaping 68
Body – work – out 68
Body fit 87
Bomann-Museum 22
  für Kinder 92
Bonn / Köln, Wochenendexkursion 8
Brasilianisch 42
Bremen, Tagesexkursion 8
Bridge 29
  Faßberg 80
Brot backen
  Eschede 79
Buchführung 59
Bückeburg, Tagesexkursion 8

C

Callanetics 75
Celle 14
  CeBus, Besichtigung 15
  Denk mal! 14
  Königsmarck-Affäre 14
  Residenzstadt 14
  Spurensuche im Landkreis 10
  Stadtarchiv 14
  Stadtgeschichte 14
  Versteckte Ansichten 14
  Wasserwerk Celle–Garßen 15
  Welfengeschichte 14
Chagall, Marc 26
Champagner 92
Chemie
  für Jugendliche 23
Computerkurs für Kids 22
Controlling 45
CorelDRAW 55

D

Dänisch 42
Darstellendes Spiel 27
Datenbankanwendung,
mit Access 57
Deutsch 32
Diashow am PC 28
Didgeridoo 26
Digitale Bildverarbeitung
  Hermannsburg 88
Digitale Fotografie 27
  Unterlüß 96
DSL 55

E

E-Mail spezial
  für Frauen 51
EDV-Grundlagen 52, 54
  Bergen 73
  Faßberg 80
  für Frauen 49
  für Jugendliche 22
  für Senioren 51
  Hermannsburg 87
  Lachendorf 93
  Winsen 105
  Xpert-Prüfungskurs 56
EDV-Kursberatung 49
EDV-Lehrgänge 58
Einnahmen-Überschuss-Rechnung 60
Elsaß, Studienreise 6
Energetische Medizin 63
Energieausweis für Gebäude 61
  Bergen 73
  Hermannsburg 89
  Lachendorf 93
Energiekosten senken 61
Englisch 34
  Bergen 74
  Bildungsurlaub 48
  Faßberg 80
  Flotwedel 83
  Hambühren 85
  Hermannsburg 88
  Lachendorf 93
  Wathlingen 100
  Winsen 105
Entspannung 65
Entspannungstraining
  Bergen 74
Enzyme 64
Erben, Vererben 13
  Bergen 73
  Hambühren 85
Ernährung 62
  Unterlüß 97
Etikette 19
Europa 13
European Controlling Assistant 45
Exkursionen 9

F

Fahrradreparatur 21, 77
Familien- und Zahnthemen 16
  Wathlingen 99
Farbberatung 21
Farbe und Klang
  Wathlingen 100
Fasten
  Wathlingen 101
Feldenkrais-Methode® 69
Feng Shui 65
Filzen
  Flotwedel 84
  für Kinder - Eschede 77
  Lachendorf 94
Finanzbuchhalter/-in (VHS) 44
Finanzbuchhaltung 49
Firefox 53
Fit4future 22
Fitness
  Eschede 79
  Hambühren 86
  Wietze 103
Fitnessküche 71
Flechten 90
Flora 10
Focusing 17
Fossilien
  für Kinder 89
Fotografie 27
  digital - Unterlüß 96
Fotos bearbeiten
  Hermannsburg 88
Französisch 40
  Bergen 74
  Unterlüß 96
Frauenseminare 21
Frau – Mann 17
Fremdsprachenkorrespondent 46
Frühsport
  Eschede 78
Führungskompetenz 60
Funkamateur 11
Funktionsgymnastik
  Winsen 107

G

Gandersheim, Geschichte 25
Gartenbau 62
Gedächtnisstörung 62
Gedächtnistraining
  Faßberg 80
  für Senioren 20
  Hermannsburg 90
Gedanken, die Kraft positiver 18
Gefühlszustände 65
Gehalt 44
Gehirn-Jogging
  Eschede 77
  Lachendorf 94
  Winsen 105
Gelenkfitness
  Eschede 78
Genealogie 13
Generalvollmacht 13
  Wathlingen 99
Geschichte 13
Gewebestraffung 75
Gitarre 29
  Hermannsburg 89
Goldschmieden 31
Golf von Neapel, Studienreise 7
Göttingen, Tagesexkursion 8
Grafikbearbeitung 55
Griechisch 42
Guter Ton 19
Gymnastik 67
  Eschede 79
  für Osteoporosebetroffene - Flotwedel 82
  für Problempunkte 68
  für Problemzonen - Eschede 78
  für Problemzonen - Flotwedel 83
  für Problemzonen - Lachendorf 95

Hambühren 86
Hermannsburg 91
Lachendorf 95
Wietze 103

H

Hamburg, Tagesexkursion 8
Handelsfachwirt 46
Handy 20
Hardanger 94
Hauptschulabschluss 43
Hausapotheke 64
Hegel 15
Heilkräfte 64
Heizkosten 73
Heiztechniken 61
Hellinger, Bert 16
Herbstdekorationen
Eschede 78
Hip Hop 75
Hochschulstudium 43
Höflichkeit 19
Homepagegestaltung 55
Web-Publishing 59
Homöopathie 64, 74, 99

I

Impfungen 99
Inline-Skaten
für Kinder 24
Integrale Aufstellungsarbeit 17
Integrationskurse 33
Integrative Erziehung 47
Internet
Flotwedel 82
für Senioren 52
Hermannsburg 88
Netzwerk- und Internettechnologie 58
Winsen 106
In & Out 19
Islamische Kunst und Kultur 25
Italienisch 39
Hermannsburg 88

J

Jakobsweg, Reise 104
Jazzdance 69
Junge Volkshochschule 22

K

Kaisergeschichte 25
Kalligrafie 30, 77
Karnak, Seminarkurs 24
Keramik für Haus und Garten 94
Kickboxen 69
Kiefergelenk 63
Kindererziehung 16
Kinderkurse 22
Ein Vormittag im Bomann-Museum 92
Filzen - Eschede 77
Holzarbeiten - Lachendorf 93
Kochen was Kindern schmeckt - Unterlüß 98
Laubsägearbeiten - Unterlüß 97
Leckereien und Konfekt - Unterlüß 98
Malen und Zeichnen - Bergen 74
naturwissenschaftliches Experimentieren - Unterlüß 97
Orientalischer Tanz - Wietze 103
Schmuckgestaltung - Flotwedel 83
Seidenmalerei - Unterlüß 97
Steine und Fossilien - Hermannsburg 89
Steine und Fossilien - Wietze 102
Tastschreiben am PC 59
Tastschreiben am PC - Eschede 77
Tastschreiben am PC - Lachendorf 93
Töpfern - Hermannsburg 89
Töpfern - Lachendorf 93
Töpfern - Unterlüß 97
Töpfern - Wietze 102
Walderlebnistag - Flotwedel 81
Walderlebnistag - Lachendorf 93
Weihnachtsbäckerei - Wietze 104
Kinesiologie 16, 64
Klang, Farbe und
Wathlingen 100
Klangschalen 89
Klangschalen-Workshop 65
Klettern
für Kinder 24
Klöppeln 32
Kloster Vien Giac 65
Kniefitness und Knieschule 95
Kochen 70
Brunch 71
chinesisch - Unterlüß 98
Fitnessküche 71
für Gäste 71
für Kinder - Lachendorf 96
für Kinder - Unterlüß 98
für Männer - Eschede 79
für Männer - Lachendorf 96
gesund 71
indisch 71
indisch - Lachendorf 96
italienisch 71
italienisch - Bergen 76
italienisch - Eschede 79
italienisch - Flotwedel 84
italienisch - Wathlingen 101
italienisch - Wietze 104
lernen 70
mit dem Wok 71
preiswert 71
Quiche & Co - Winsen 108
thailändisch 71
thailändisch - Wathlingen 102
Kommunikation
mit Outlook, für Frauen 51
Konditionsgymnastik für Herren 69
Konservieren
Obst und Gemüse - Eschede 79
Obst und Gemüse - Flotwedel 84
Kosten- und Leistungsrechnung 60
Kreatives Gestalten 29
Kreative Arbeitstechniken 20
Kreuzzüge 25
Kultur 24

L

Lach dich frei 18
Lernen, leichter 16
Lernen ohne Stress
Wathlingen 99
Line Dance 70
Lissabon, Reise u. Infoabend 99
Literatur 26, 87
Lohn- und Gehalt, Fachkraft 44, 49
Luxor, Seminarkurs 24

M

Madeira, Reise u. Infoabend 99
Makrofotografie 28
Malen und Zeichnen
Acrylmalerei - Winsen 106
Akt- und Portraitzeichnen 30
Aquarellmalerei 29
Aquarellmalerei - Lachendorf 93
Ausdrucksmalen 29
Bergen 74
Eschede 77
für Kinder - Bergen 74
Ölmalen 29
Wathlingen 100
Mann – Frau 17
Mediation 17, 48
Meditation 65
Meisterprüfung 47
Meridian-Klopfen 64
Michelangelo 25
Mittelalter, Tischkultur 25
Mobiltelefon 20
Mollig und fit! 68
Motorbootführerschein 10
Musical 9
Musik, digitalisierte (MP3) 55
Musiktheaterexkursionen 7
Musik mit dem PC bearbeiten 88
Muskel-Aufbautraining 68
Muskelentspannung 66
MySQL 56

N

Nähen
Hermannsburg 90
Naturheilkunde 90
Naturkunde 9
Neophyten 89
Netzwerk- und Internettechnologie 58
Neugriechisch 42
Niederländisch 41
NLP-Practitioner 18, 47
Nordfriesland, Studienreise 6
Nordic Walking 67
Bergen 75
Flotwedel 82
Hambühren 87
Lachendorf 94
Wietze 103
Winsen 107

O

Office 2007 53
OpenOffice 87
Oper 9
Orientalischer Tanz
auch für Kinder - Wietze 103
Winsen 108
Osteoporose
Eschede 78

P

Pädagogik 15
Papier, arbeiten mit 32
Paris, Studienreise 6
Patchwork
Hermannsburg 90
Winsen 106
Patientenverfügung 13
Bergen 73
Hermannsburg 87
Wathlingen 99
PC-System-Betreuer 58
PC-Technik 58
Personalabrechnung, Fachkraft 45
Personalfachkaufmann 46
Persönlichkeitsentwicklung 17
Pflichtteil, Testament 73
Philosophie 15
Photovoltaik 74
Pilates
Bergen 76
Hambühren 86
Wietze 102
Winsen 107
Pilzkundliche Wanderung 105
Politik 13
Polnisch 42
Portugiesisch 42
Porzellanmalerei
Wathlingen 100
Potsdam, Studienreise 6
Prägetechnik 30
Präsentation 19
für Jugendliche 23
mit PowerPoint 54
mit PowerPoint, für Frauen 50
Xpert-Prüfungskurs 57
Präventive Osteoporosegymnastik
Lachendorf 95
Problemzonengymnastik
Bergen 75, 76
Prosaschmiede 26
Prostatakrebs 62
Psychologie 15
Pubertät 16

Q

Qi Gong 66
Bergen 74
Flotwedel 81
Hambühren 85
Lachendorf 94
Wathlingen 100
Winsen 106

R

Raks Sharki 69
Realschulabschluss 43
Rechnungswesen 45
Rechnungswesen, Fachkraft 44

Rechtschreibung 16
Rechtschreibung, deutsche 32
Reiki 66, 81
Reiseberichte
Indien 12
Landschaften der Erde 12
Namibia 12
Potsdam 12
Schiffsreise auf Rhein und Mosel 12
Spaziergänge durch Paris 12
USA 12
Reisen
Bonn / Köln 8
Der Jakobsweg 104
Elsaß 6
Golf von Neapel 7
Lissabon und Madeira 99
Luxemburg – Trier – Saarschleife 6
Nordfriesland 6
Paris und die Ile de France 6
Potsdam 6
Segeln auf Schlei und Ostsee 105
Venedig 7
Religion 15
Rhetorik 19, 105
für Jugendliche 22
Rückenfitness
Hermannsburg 92
Rückengymnastik
Lachendorf 95
Rückentraining 69
Hambühren 86
Russisch 42

S

Salsa & Merengue 70
Scheidung 14
Schimmelpilze 74, 89
Schminken 21
Schmuckgestaltung 31
Eschede 78
für Kinder - Flotwedel 83
Schongymnastik
Faßberg 80
Wietze 103
Schreibwerkstatt 26
Schularbeiten, für Jugendliche 22
Schüssler-Salze 62
Schwälmer Stickerei 94
Schwedisch 42
Seefunkzeugnis 11
Segeln auf Schlei und Ostsee 105
Segelschein 10
Seh- und Augentraining 90
Seidenmalerei
für Kinder - Unterlüß 97
Sekt, Secco und Champagner 92
Selbstentdeckung 77
Selbstfindung 87
Selbstvertrauen 18
Seniorenkurse 20
EDV-Grundlagen 51
Englisch 34
Silberschmieden 31
Sitzplätze und Terrassen 62
Small Talk 21
Solarenergie 61
Solartechnik 73
Spanisch 38
Hermannsburg 88
Winsen 105
Speckstein, Workshop 31, 83
Sportbootführerschein 10
Sprachen
Dänisch 42
Deutsch 32
Englisch 34
Französisch 40
Italienisch 39
Neugriechisch 42
Niederländisch 41
Polnisch 42
Portugiesisch / Brasilianisch 42
Russisch 42
Schwedisch 42
Spanisch 38
Türkisch 42
Ungarisch 42
Square Dance
Unterlüß 98
Stadtführung in Szenen 27
Steine und Fossilien
für Kinder - Wietze 102
Steinheilkunde 63
Sterben und Tod 15
Steuerrecht 60
Stilberatung 21
Stimmbildung 27
Stricken 106

T

T'ai Chi 66
Bergen 75
Eschede 78
Unterlüß 98
Winsen 107
Tabellenkalkulation 54
Eschede 77
Faßberg 80
für Jugendliche 23
Hermannsburg 88
Winsen 106
Xpert-Prüfungskurs 57
Tagesexkursionen 7
Bonn / Köln 8
Bremen 8
Bückeburg 8
deutsch-deutsche Grenze 7
Gandersheim und Brunshausen 7
Göttingen 8
Hamburg 8
Kunsthalle Bremen u. Weihnachtsmarkt 104
Pilzkundliche Wanderung 105
Vogelkundliche Wanderungen 10
Walderlebnistag - für Kinder 81
Was blüht denn da? 10
Wildbeeren-Wanderung 81
Wilhelm-Busch-Jahr Wiedensahl 8
Wolfenbüttel 8
Tagesmutter, Fortbildung 15, 47
Tango Argentino 70
Tanzen
American Line Dance 70
für Senioren 21
Hermannsburg 91
Hip Hop für Kinder - Bergen 75
Jazzdance 69
Orientalischer Tanz - Hermannsburg 91
Orientalischer Tanz - Wietze 103
Orientalischer Tanz - Winsen 108
Raks Sharki 69
Salsa & Merengue 70
Seniorentanz und Qi Gong - Lachendorf 94
Square Dance - Unterlüß 98
Tango Argentino 70
Tastschreiben am PC 59
Eschede 77
für Jugendliche 22, 59
für Schüler - Lachendorf 93
Winsen 105
Tennis 86
Terrassen, Gestaltung 62
Testament 73
Textiles Gestalten 32
Textverarbeitung 54
für Frauen 50
für Senioren 52
für Senioren - Winsen 106
Hermannsburg 88
Lachendorf 93
Xpert-Prüfungskurs 57
Theater 9
Theatergruppe der VHS 27
Tischkultur im Mittelalter 25
Tischsitten 19
Tod, Sterben 15
Töpfern 31
für Kinder - Hermannsburg 89
für Kinder - Lachendorf 93
für Kinder - Unterlüß 97
für Kinder - Wietze 102
Keramik für Haus und Garten
Lachendorf 94
Unterlüß 97
Trennung und Scheidung 14
Trinkwasser 63
Türkisch 42

U

Übergewicht 62
UKW-Seefunkzeugnis 11
Umgangsformen 19
Ungarisch 42
Unterhaltsabänderungsgesetz 13

V

Vektorgrafik 55
Venedig, Studienreise 7
Vererben, Erben 13, 73, 85
Verhaltensgenetik 16
Verwirrtheit im Alter 62
Videobearbeitung am PC 28
VISTA 53
für Senioren 52
Vogelkunde 10
Vorsorgevollmacht 13
Bergen 73
Hambühren 85
Hermannsburg 87
Wathlingen 99
Vorstellungsgespräche 22

W

Walderlebnistag
für Kinder - Lachendorf 93
Wassergymnastik 67
Faßberg 80
Flotwedel 82
Hermannsburg 91
Wathlingen 101
Wassersport 10
Web-Publishing 59
Wechseljahre 63
Weihnachtsbäckerei
für Kinder - Wietze 104
Weihnachtsdekorationen 31
Flotwedel 81
Lichterkettenstrauß 74
Unterlüß 97
Wietze 102
Weinseminare 72
Weinseminare - Hermannsburg 92
Wirbelsäulengymnastik 69
Bergen 75, 76
Eschede 78
Faßberg 80
Flotwedel 82, 83, 84
Hambühren 86
Hermannsburg 91
Lachendorf 95
Unterlüß 98
Wathlingen 101
Wietze 103
Winsen 107
Wolfenbüttel, Tagesexkursion 8

X

Xpert 56

Y

Yoga 66
Bergen 74, 75
Eschede 78
Faßberg 80
Flotwedel 84
Hambühren 85
Hermannsburg 90
Lachendorf 94
Unterlüß 98
Wathlingen 100
Wietze 102
Winsen 107

Z

Zähne 63
Zahnthemen 16
Zellschutz 63
Zirkusluft schnuppern
für Jugendliche 23
Zusammen arbeiten und leben 19
Zweiter Bildungsweg 43

Für viele Kurse in Celle sind schriftliche Anmeldungen erforderlich. Bitte füllen Sie für jeden dieser Kurse ein gesondertes Formular aus und senden dieses an: VOLKSHOCHSCHULE Celle TRIFT 20, 29221 CELLE

ANMELDUNG Bitte in Druckschrift ausfüllen

Kurs Nr.:_____Titel:_____

_____

Name, Vorname Telefon (tagsüber)

_____

Anschrift

Die Teilnahme- und Zahlungsbedingungen (Programm, Seite 5) werden hiermit anerkannt.

_____

Ort, Datum Unterschrift

ANMELDUNG Bitte in Druckschrift ausfüllen

Kurs Nr.:_____Titel:_____

_____

Name, Vorname Telefon (tagsüber)

_____

Anschrift

Die Teilnahme- und Zahlungsbedingungen (Programm, Seite 5) werden hiermit anerkannt.

_____

Ort, Datum Unterschrift

ANMELDUNG Bitte in Druckschrift ausfüllen

Kurs Nr.:_____Titel:_____

_____

Name, Vorname Telefon (tagsüber)

_____

Anschrift

Die Teilnahme- und Zahlungsbedingungen (Programm, Seite 5) werden hiermit anerkannt.

_____

Ort, Datum Unterschrift